



Lippe

reporter

Menschen der Region

Save the Date

Das Lippe-Open-Air
wirft seine Schatten
voraus

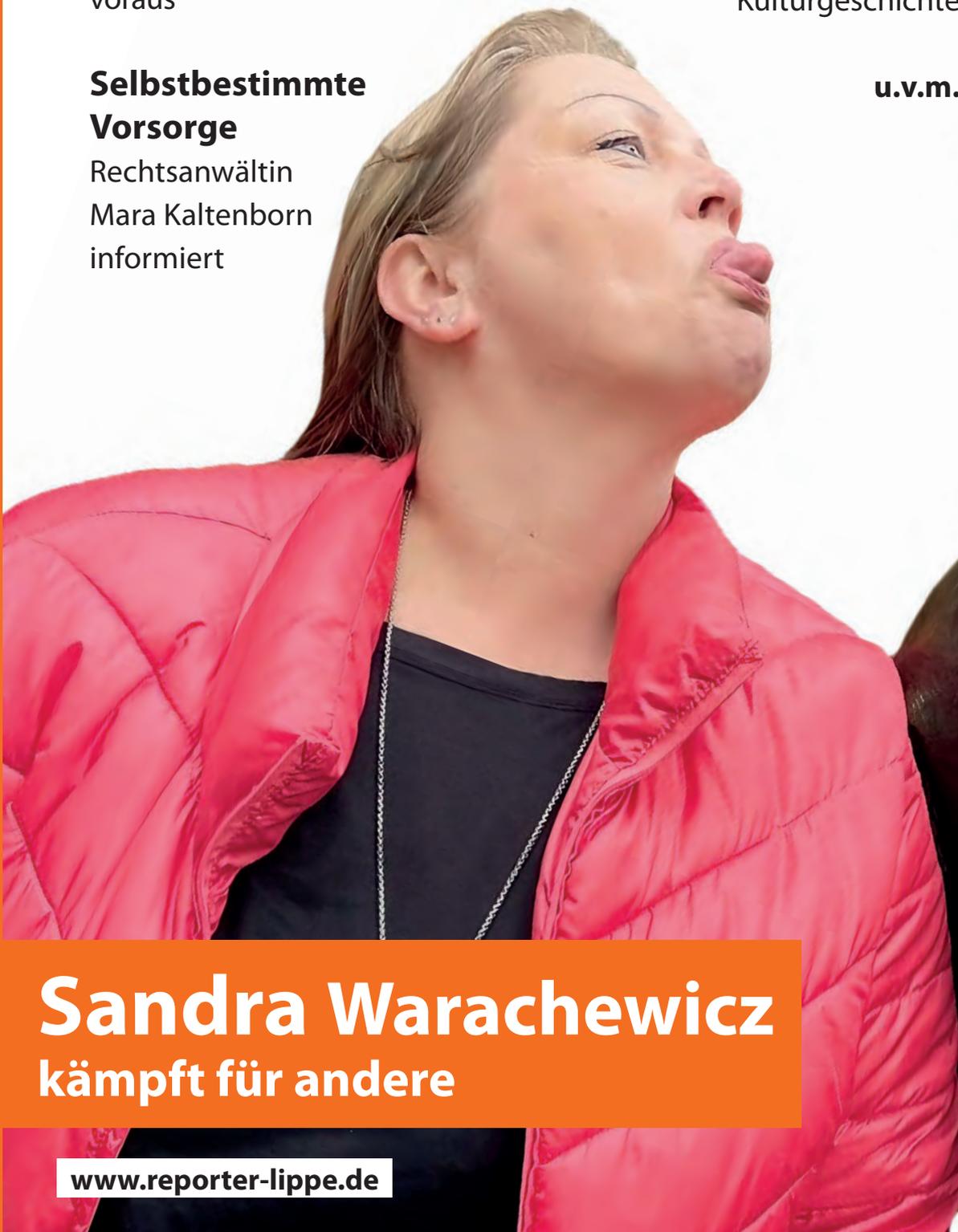
Selbstbestimmte Vorsorge

Rechtsanwältin
Mara Kaltenborn
informiert

Lilli Gebhard

Gedichte, Erzählungen
und Russlanddeutsche
Kulturgeschichte

u.v.m.



Sandra Warachewicz
kämpft für andere

EINLADUNG ZUM SONNTAGSSCHAUTAG

HOLEN SIE SICH JETZT DEN NEUEN SCHWUNG INS BAD.

Wir liefern Ihnen die gesamte Leistung rund um Ihr neues Komplettbad. Qualifizierte Beratung mit kreativer Planung nach Ihren Wünschen, sowie perfekte Abwicklung der Umbauarbeiten einschließlich aller Handwerkerleistungen. Und dies mit fixem Preis und Termingarantie.

Sie wollen dass aus Ihrem Bad ein Traumbad wird? Dann lassen Sie sich in unserer Badausstellung inspirieren!

Reimann - Ihr Badgestalter

Bielefelder Str. 515 - 517
32758 Detmold-Pivitsheide
www.reimann-shk.de

Montag - Donnerstag 10 - 18 Uhr
Freitag 10 - 16 Uhr
und nach Vereinbarung

WIR LADEN SIE EIN.

JEDEN ERSTEN SONNTAG IM MONAT VON 14 - 17 UHR

Außerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten keine Beratung und kein Verkauf

Telefon **05232 86073**
Wir freuen uns auf Sie!



 **REIMANN**
IHR BADGESTALTER

Schautag jeden ersten Sonntag im Monat von 14 - 17 Uhr

Außerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten keine Beratung und kein Verkauf.



KOMPLETT MEINE KÜCHE.

Mit Herd und Seele.

IN 5 SCHRITTEN ZUR PERFEKTEN KÜCHE.



1. BERATUNG

Ein moderner Beratungsansatz lässt keinen Ihrer Wünsche unerfüllt.



2. PLANUNG

Wir nehmen uns Zeit und planen Ihre Küche ganz nach Ihren Vorstellungen.



3. 360° SERVICE

Wir übernehmen alle notwendigen Handwerksleistungen, damit Ihre Traumküche perfekt in Szene gesetzt wird.



4. VERKAUF

Damit können Sie rechnen: Wir vereinbaren mit Ihnen einen Festpreis und Terminplan.



5. MONTAGE

Ihre Traumküche wird professionell und zuverlässig von uns montiert.



FRANK REIMANN | Reimann Bad + Küche GmbH | Bielefelder Str. 515-517 | 32758 Detmold

Tel.: +49 (0) 52 32 / 860 73 | Fax: +49 (0) 52 32 / 866 55 | info@die-kuechenwerker.de | www.die-kuechenwerker.de

Fühlst Du es auch?

Ach, der April! Ein Monat, so launisch wie die Stimmung eines Schriftstellers vor dem leeren Blatt. Er verspricht den Frühling, führt uns aber mit seiner Unberechenbarkeit oft genug an der Nase herum. In mir weckt der April jedes Jahr eine Mischung aus Hoffnung und Skepsis. Hoffnung, weil die Natur zu neuem Leben erwacht, und Skepsis, weil ich nicht weiß, ob ich für den kurzen Weg zum Bäcker Schneeschuhe oder Sonnencreme benötige.

In diesem Jahr begegne ich dem April mit einem neuen Ansatz: mit Gelassenheit und einem Schirm. Denn wenn ich nach Hochwasser zu Weihnachten, Hitzefronten im Februar und morgentlichem Blitzeis Anfang März eines gelernt habe, dann dass man auf alles vorbereitet sein muss. Und so spaziere ich, ausgerüstet für alle Eventualitäten, in den Frühling hinein, bereit, mich von den Kapriolen des Wetters nicht unterkriegen zu lassen.

Ich beobachte, wie die ersten zaghaften Sonnenstrahlen sich ihren Weg durch die Wolkendecke bahnen, nur um Minuten später von einem überraschenden Regenschauer abgelöst zu werden. Der April, denke ich, ist der lebende Beweis dafür, dass das Leben nicht immer vorhersehbar ist – und dass das auch gut so ist. Statt zu verzweifeln, lache ich lieber, und tanze notfalls durch den Regen.

Apropos Tanzen. Tanzen – das ist Leben in Bewegung, eine Kunst, die uns lehrt, mit Veränderungen umzugehen und sie zu umarmen. Was für ein glücklicher Zufall, dass der

Welttanztag am 29. April stattfindet, genau in dieser Zeit des Übergangs und der Erneuerung. Er erinnert uns daran, dass das Leben, genau wie der Tanz, aus unterschiedlichen Rhythmen besteht, die es zu erkennen und zu genießen gilt.

In diesem Jahr habe ich beschlossen, mich ganz dem Geist des Welttanztags hinzugeben. Ich möchte lernen, mit derselben Leichtigkeit durch das Leben zu gleiten, mit der der April seine Wetterspiele treibt. Ich stelle mir vor, wie ich mich von der Musik leiten lasse, mal schnell, mal langsam, immer aber im Fluss und in Harmonie mit dem Moment.

Und so bereite ich mich vor, um am Vorabend des 1. Mai, dem Tanz in den Mai, voller Freude und Lebensbejahung das Tanzbein zu schwingen. Ich werde tanzen, nicht nur um den Frühling zu begrüßen, sondern auch, um mich selbst daran zu erinnern, dass jede Veränderung eine neue Melodie in das Lied des Lebens bringt.

Der April und der Tanz lehren uns beide, dass es in Ordnung ist, nicht immer alles unter Kontrolle zu haben. Manchmal ist es das Unvorhergesehene, das unser Leben bereichert und uns zeigt, wie schön es sein kann, sich einfach treiben zu lassen.

Markéta Teutrine

Markéta Teutrine



Buchtip: ZeitZeilen 46 zu Papier gebrachte Gedanken

Es geht um Werte, Erfolg, Umwelt, Wahrheit, Informationsblasen, Kidnapping, Liebe, Anarchie, Mobbing, Abgaswerte, Digitalisierung, Humor, Schule, die Spinat-Lüge und vieles, vieles mehr.

Jetzt im Buchhandel bestellen:
ISBN: 9783755754497



Wo ist der Reporter erhältlich?

Das Magazin „Reporter Lippe“ erhalten Sie an über 1.300 Auslagestellen in Lippe:

Gastronomie, Tourist-Informationen, Buchhandel, Wartezimmer, im Einzelhandel sowie in den **Infotheken** im:

- Toom Baumarkt Detmold
- Marktkauf Lemgo
- Marktkauf Lage
- Marktkauf Horn-Bad Meinberg
- Marktkauf Blomberg
- Rewe Schlangen
- Edeka Lemgo-Brake

Weitere Infos unter: reporter-lippe.de

Abonnement

Sie können das Magazin „Reporter Lippe“ auch im Rahmen einer Lesemappe des Lesezirkel Periskop erhalten:
www.lesezirkel-periskop.de



Herausgeber:

Matthias Teutrine - Druck u. Verlag
Denkmalstr. 11 • 32760 Detmold
Telefon: 05231-927070
info@teutrine.de • www.teutrine.de

Redaktion:

Markéta Teutrine (mt) (V.i.S.d.P)
redaktion@reporter-lippe.de

Anzeigen:

Marion Meier 05231-9270721
anzeigen@reporter-lippe.de

Hier könnte Dein Name stehen!

Hast Du Lust? Dann ruf an!

Markéta Teutrine: 05231-927070

INHALT

Wo steht was?

Ganapati Tempel zieht nach Bad Meinberg	Seite 6
Software-Spezialist erweitert Kompetenzen im CIIT	Seite 7
Gute Gründe für Schwimmbecken im eigenen Garten	Seite 9
Rund 139K Ausfalltage wegen Rückenschmerzen	Seite 10
Engagement in Lügde wird ausgezeichnet	Seite 11
11. Blomberger Ausbildungsmesse	Seite 15
Richtig spielen mit dem Hund	Seite 17
Biergarten Landhaus Begatal	Seite 18
Wanderausstellung: Was heißt hier Minderheit?	Seite 21
Badkomfort: Neue Wirkstätte und Anlaufpunkt	Seite 22
Kooperation zwischen LTM und Heimatbund	Seite 25
Lange Museumsnacht am 12. April 2024	Seite 28
Lügde unterstützt bei Anmietung von Ladenlokalen	Seite 29
Lilli Gebhard	Seite 30
Schöne Worte und nix verkauft?	Seite 36
Rechtsanwältin Mara Kaltenborn informiert	Seite 38

Sandra Warachewicz

liebt das Ehrenamt Seite 40

Lippe-Open-Air (LOA) Festival: Save the Date Seite 46

Schutz und Sicherheit für erneuerbare Energien Seite 48

Tipps für Reisen mit Wohnmobil und Caravan Seite 50

Alles auch im Internet: www.reporter-lippe.de





**MENKE GRUPPE
PADERBORN**

**FACHKOMPETENZ
RUND UMS ROHR**

Rohrreinigung

Kanal-TV-Untersuchung

Dichtheitsprüfung

Wasserschaden

Rohrbruch

**24h
Notdienst**

05231 / 568 19 19

www.menke-abwasser.de



Umzug des Paderborner Ganapati Tempels nach Bad Meinberg

Yoga Vidya e.V., Horn-Bad Meinberg, heißt den neuen Sri Yoga Ganapati Tempel willkommen, in Kooperation mit dem Hinduverein Paderborn. Ein wichtiger Schritt für die spirituelle Gemeinschaft und die Förderung hinduistischer Traditionen.

Bad Meinberg, 28. März 2024 – Der Paderborner Hinduverein, geleitet von Thusanthan Balasingam, und der Yoga Vidya e.V. zelebrieren den Umzug des Ganapati Tempels von seinen bisherigen Räumlichkeiten in der Klingenderstraße, Paderborn, in den Ashram Bad Meinberg mit einer öffentlichen hinduistischen Verehrungszeremonie, einer Puja. Dieser Umzug verkörpert ihre gemeinsame Vision, die Prinzipien des Yoga Vedanta und die hinduistische Religiosität einem breiteren Publikum näherzubringen.



Der Sri Yoga Ganapati Tempel in Paderborn, ein strahlendes Zentrum hinduistischer Kultur und Spiritualität, dient als heilige Stätte für hinduistische Familien aus Sri Lanka und fungiert zugleich als Plattform für den interreligiösen Austausch. Er hat nicht nur Vertreter christlicher Glaubensgemeinschaften willkommen geheißen, sondern auch Schulklassen empfangen. Nachdem die bisherigen Räumlichkeiten gekündigt wurden, stand die Suche nach einem neuen Standort an. Die Familie Balasingam, die Yoga Vidya bereits als eine etablierte hinduistische Yogainstitution mit langjähriger Tradition schätzt, sieht in ihr den idealen Träger, um die Tempeltradition in enger Zusammenarbeit mit den Hindufamilien aus Paderborn fortzuführen. Die Aufnahme des Tempels in die Gemeinschaft des Yoga Vidya Ashrams verspricht, die spirituelle Dimension beider Seiten signifikant zu bereichern. Die hinduistische Gemeinde Paderborn wird ihre Rituale und Gottesdienste auch in Zukunft im Sri Yoga Ganapati Tempel abhalten und dazu regelmäßig nach Bad Meinberg reisen.

„Die Integration dieses Tempels verdeutlicht die Vielfältigkeit hinduistischer Glaubenspraxis und öffnet neue Türen zur Vertiefung unserer Zusammenarbeit und zum Ausbau unserer Beziehungen mit einer Vielzahl hinduistischer Gemeinschaften sowie mit Einrichtungen, die sich der Yoga-Spiritualität verschrieben haben, nicht nur in Deutschland, sondern auch auf internationaler Ebene“, so Sukadev Bretz, der Gründer und spirituelle Führer von Yoga Vidya. „Ein Anliegen ist auch, den in Paderborn lebenden Hindus auch künftig ihre Religionsausübung zu ermöglichen“, so Sukadev Bretz.

Yoga Vidya hat weitere Kooperationen mit Hindu Gemeinden in Deutschland: So beherbergt der Ashram seit geraumer Zeit den Sri Gita Vidya Tempelraum in Zusammenarbeit mit Gopi V. Prasad, dem Vorsitzenden des Hindu Forum Germany. Ein Sri Vidya Ganapati Schrein im traditionell südindischen Tempelstil in Zusammenarbeit mit dem Kamachi Ampal Tempel Hamm ist gerade am Entstehen. Mit einer anderen Hindu-Organisation ist für 2025 die Organisation einer Jugendfreizeit geplant. Über ganz Deutschland verstreut leben etwa 100.000 Hindus. Eine besondere Herausforderung ist es für diese Hindus, Stätten für die Religionsausübung zu finden und ihre Kinder und Jugendliche mit ihrer Religion vertraut zu machen. Daher ist der Yoga Vidya Ashram in Bad Meinberg von besonderer Bedeutung, so Gopi V. Prasad.

Yoga Vidya Bad Meinberg

Yogaweg 7, 32805 Horn-Bad Meinberg

Tel.: 05234 87-2206, www.yoga-vidya.de



Hans-Joachim Gödeke und Wilhelm Kröker vor ihrem neuen DIRKS-Logo im CIIT. **Foto:** CENTRUM INDUSTRIAL IT **Text:** Anja Moldehn

Software-Spezialist erweitert Kompetenzen im CIIT

Experten für ganzheitliche Systemlösungen im Forschungs- und Entwicklungszentrum

Mit der DIRKS Solutions GmbH gewinnt das CIIT einen neuen Partner, der als Systemanbieter langjähriges Know-how in der Softwareentwicklung, Projektleitung und -abwicklung in den Verein einbringt. Das Unternehmen gehört zur DIRKS Group mit Hauptsitz in Emden und mehr als 25 Standorten weltweit. „Wir sind stolz, im CIIT mit der Abteilung Solutions Industrial IT einen weiteren Standort eröffnen zu haben“, so Hans Joachim Gödeke, Mitglied der Geschäftsleitung DIRKS Solutions GmbH in Lemgo. „Mit unserer Softwarelösung für die Automatisierung können wir viele Projekte mit unserem eigenen Produktionsmanagementsystem unterstützen und uns durch die enge Zusammenarbeit selbst weiterentwickeln. Zukunftssicherheit steht für uns an erster Stelle, daher sehen wir die Mitgliedschaft im CIIT als Gewinn für unser Unternehmen“.

Der Systemanbieter ist auf die Steuerung von Materialflüssen spezialisiert und entwickelt branchen- und kundenspezifische Steuerungslösungen und Installationen für Förder- und Automatisierungstechnik. Diese finden sich in Gepäckförder- und Logistikanlagen, der Automobilproduktion oder Materialflussrechnern und Lagerverwaltungssystemen. Kunden sind Distributionszentren, Produktionsanlagen, Automobilwerke und Flughäfen.

Im Centrum Industrial IT (CIIT) in Lemgo haben sich Unternehmen und Forschungseinrichtungen zusammengeschlossen, um die Digitalisierung unserer Industrielandschaft gemeinsam zu gestalten und damit einen Beitrag für unsere Zukunft zu leisten. Die Projektarbeiten im CIIT setzen neue Konzepte und damit auch neue Denkweisen voraus, die von Offenheit und Dynamik geprägt sind. Dafür ist das CIIT der perfekte Ort, vor allem durch die Gemeinschaft großer Unternehmen, lokaler Mittelständler und kleiner Startups.

KUS

Mo-Fr: 9-19 Uhr
Sa: 9-13 Uhr

**MIT SYMPATHIE
UND SACHVERSTAND**

**INGO ZIMBAL
INGENIEURBÜRO**

KFZ-PRÜFSTELLE

Gasstr. 6 · 32791 Lage
Mobil 0175 - 16 16 676
www.zimbal-lage.de

Wir erstellen auch
Schadengutachten
und Wertgutachten

**bd
BRILLENWERK
DURGUT**

Frühjahrsangebot*

**Gleitsichtsonnenbrille
oder Gleitsichtbrille**

- incl. Premiumgleitsichtglas von Seiko
- blendfrei und ästhetisch
- extra leicht und kratzfest
- incl. Fassung bis 199 €

komplett nur
690 €
statt 959 €

*=Angebot gültig bis 30.04.2024

Schülerstraße 4 | Detmold | 05231 9437248
www.brillenwerk-durgut.de



Foto: dj-d-k/Brillux

Wer an die Umrüstung seiner Heizung hin zu nachhaltigen Technologien wie einer Wärmepumpe denkt, kann die nötigen Vorkehrungen mit einer passenden Wärmedämmung schon jetzt treffen. „Moderne Wärmedämmverbund-Systeme (WDVS) bieten gerade in Kombination mit der Wärmepumpe wesentliche Vorteile“, so Albert Klein, Produktmanager WDVS bei Brillux. Unverzichtbar ist dabei die Expertise von Fachbetrieben: www.brillux.de/zuhause/fachbetriebsfinder.

Im Haus spielt die Luftqualität eine wichtige Rolle für die Wohngesundheit. Der Luftwechsel lässt sich über kontrollierte Lüftungsanlagen sicherstellen. Bei der Gebäudedämmung ist Polyurethan (PU) vorteilhaft, ein Hochleistungswerkstoff, der sich auch in hochsensiblen Bereichen wie der Medizintechnik bewährt hat. Unter www.puren.com/de/bauherren-wissen gibt es dazu viele weitere Informationen und eine kostenlose Ratgeberbroschüre. Die guten Eigenschaften werden auch durch eine Emissionsprüfung bescheinigt.



Foto: dj-d-k/puren

Rund ums Haus



Foto: dj-d-k/VDPM/Ms VectorPlus - stock.adobe.com

Für eine effiziente, energiesparende Wärmeversorgung im Zuhause kommt es auf einen sinnvollen Dreiklang an. „Effektiver Wärmeschutz, moderne Heizungstechnik und erneuerbare Energien bilden nach den Erkenntnissen der Wissenschaft eine untrennbare Einheit“, erklärt Antje Hannig, Geschäftsführerin im Verband für Dämmsysteme, Putz und Mörtel (VDPM). Denn moderne Niedrigtemperatur-Systeme, wie zum Beispiel Wärmepumpen, lassen sich in älteren Gebäuden erst dann wirklich effizient betreiben, wenn gedämmte Außenwände die Wärme schützen und im Haus halten: www.waerme-schuetzen.de.



Foto: dj-d-k/klb Klimaleichtblock

Einen positiven Einfluss auf das Raumklima kann der Einsatz massiver Leichtbetonsteine aus vulkanischen Rohstoffen wie Bims haben: Sie regulieren dank ihrer natürlichen Porosität den Feuchtegehalt und wirken so der Bildung von Schimmel entgegen. Aufgrund ihrer Masse besitzen sie auch eine hohe thermische Speicherefähigkeit. So lassen sich in Kombination mit dem richtigen Lüften eine konstante Raumtemperatur erreichen sowie Heizkosten einsparen: www.klb-klimaleichtblock.de.

Sowohl große, bodentiefe Fensterflächen als auch eine durchgängig gestaltete Bodenfläche lassen Wohnbereich und Terrasse oder Balkon optisch verschmelzen. Für die Verlegung auf Innen- oder Außenflächen eignen sich keramische Fliesen besser als jeder andere Bodenbelag. Stilistisch bieten die aktuellen Kollektionen deutscher Markenhersteller eine große Vielfalt – von Naturholz- und Natursteindekoren über Beton- oder Terrazzo-Look bis hin zum Vintage-Look. Unter www.deutsche-fliese.de gibt es Inspirationen.



Foto: dj-d-k/Deutsche-Fliese.de/Villeroy & Boch Fliesen



Foto: djid/Pool-Systems.de/TravnikovStudio/Shutterstock

Für Schwimmbecken im eigenen Garten gibt es gute Gründe

(djd). An heißen Sommertagen gab es für Kinder früher nur ein Kommando: ab ins örtliche Freibad und den Nachmittag mit den Freunden im kühlenden Nass verbringen. Heute ist der Ausflug ins Schwimmbad nicht mehr so selbstverständlich, denn immer weniger Kinder in Deutschland können sicher schwimmen. Laut einer Forsa-Umfrage im Auftrag der DLRG hat sich die Zahl der Nichtschwimmer im Grundschulalter in den letzten fünf Jahren auf 20 Prozent verdoppelt. Das Thema Sicherheit ist einer der Gründe, der für die Anschaffung eines Pools im eigenen Garten spricht. Dazu kommt die für Eltern und Kinder wichtige Gewissheit, dass nur vertraute Personen Zugang haben. Beim Pool im Garten muss man sich zudem an keine Öffnungszeiten halten – und selbst unter Kostenaspekten kann er langfristig günstiger sein als die Eintrittsgebühren fürs öffentliche Schwimmbad.

Fertigpools als langlebige Alternative

Die langlebige Alternative zu den qualitativ oft minderwertigen Pop-up-Pools aus dem Baumarkt sind Fertigpools aus Polypropylen. Sie sind bereits vollständig montiert, verrohrt und verkabelt. Becken der neuesten Generation werden in einem Stück betriebsfertig geliefert und nur noch auf die Bodenplatte gesetzt. An der Installation kann man sich je nach Geschicklichkeit selbst beteiligen – oder auf die Unterstützung durch die Experten eines Poolanbieters wie Pool-Systems zurückgreifen. Mehr Infos gibt es unter www.pool-systems.de. Experten empfehlen Familien gerade aus Sicherheitsgründen, eine Poolabdeckung von Anfang an einzuplanen. Je nach Platz und örtlichen Gegebenheiten sind verschiedene Lösungen möglich, entsprechend sorgfältig sollte man sich im Vorfeld informieren und beraten lassen. Für Schwimmbecken unter 100 Kubikmeter ist in der Regel keine Baugenehmigung erforderlich.

Nachhaltigkeit und ein privater Pool sind kein Widerspruch

Eltern tun alles dafür, um ihren Kindern eine lebenswerte, klimatisch erträgliche Zukunft zu ermöglichen. Hartnäckig hält sich in diesem Zusammenhang das Gerücht, dass ein Pool eine "Energieschleuder" sei und viel Wasser verbrauchen würde. Tatsächlich bleibt bei einem Fertigpool vom Fachbetrieb das Wasser lange im Becken, die empfohlene Poolabdeckung reduziert die Verdunstung und hält die einmal erzeugte Wärme lange im Pool. Vor allem aber sorgen automatische Steuerungen und regelbare Full Inverter Wärmepumpen bei modernen Fertigpools dafür, dass nur so viele Ressourcen verbraucht werden, wie man für hygienisch einwandfreies Wasser benötigt. Die beste Nachricht für die Umwelt: Mit einem Pool im eigenen Garten kann die Familie auf den Flug in den Badeurlaub öfter mal verzichten.

STREIT

Besuchen Sie unsere über
1000m² große Ausstellung

Sonnenschutz • Terrassenüberdachungen
Glashäuser • Wintergärten • Glas-Faltwände
Fenster & Türen • Einbruchschutz

Thomas Streit GmbH & Co. KG | Weststraße 35 | 32657 Lemgo
fon 05261 96690 | mail info@streit-lemgo.de | streit-lemgo.de
Instagram [Streit.lemgo](https://www.instagram.com/streit.lemgo) | Facebook [Streit.lemgo](https://www.facebook.com/streit.lemgo)
Öffnungszeiten Mo - Fr 8 - 12:30 / 14 - 17 Uhr & Sa 10 - 13:00 Uhr



Die Fehlzeiten wegen Rückenbeschwerden sind im vergangenen Jahr im Kreis Lippe mit 138.983 Fehltagen weiter auf hohem Niveau.

Foto: AOK/Colourbox/hfr.

Rund 139.000 Ausfalltage wegen Rückenschmerzen im Kreis Lippe

Die Fehlzeiten wegen Rückenbeschwerden haben im vergangenen Jahr im Kreis Lippe einen neuen Höchstwert erreicht: Allein bei den Versicherten der AOK NordWest sind deshalb 138.983 Fehltage angefallen. Das sind 2,7 Prozent mehr als im Vorjahr (135.280 Tage) und sogar 6,9 Prozent mehr als 2021 mit 130.058 Ausfalltagen. Das geht aus einer aktuellen Auswertung der AOK NordWest anlässlich des bundesweiten Tages der Rückengesundheit am 15. März unter dem Motto ‚Dein Kompass zur Rückengesundheit‘ hervor. „Langes Sitzen in gleicher Position, ungünstige Arbeitsplatzverhältnisse sowie dauerhaft schwere körperliche Belastungen beanspruchen den Rücken massiv und schränken die Lebensqualität der Betroffenen erheblich ein. Für einen gesunden Rücken ist regelmäßige Bewegung das A und O“, sagt AOK-Serviceregionsleiter Matthias Wehmhörer. Hier will die AOK den Menschen mit ihrer Kampagne ‚Schon 21 Minuten Bewegung am Tag helfen‘ Impulse für einen aktiven Alltag geben.

Wegen Rückenschmerzen zum Arzt

Mehr als 113.200 Menschen im Kreis Lippe befinden sich aktuell wegen Rückenschmerzen in ärztlicher Behandlung, das entspricht 32,7 Prozent und damit fast ein Drittel der Bevölkerung.

Krankheitshäufigkeit steigt im Alter an – Frauen stärker betroffen

Bereits Kinder und Jugendliche sind wegen Rückenschmerzen in ärztlicher Behandlung. Die Krankheitshäufigkeit steigt mit zunehmendem Alter deutlich an. Frauen sind in fast allen Altersgruppen stärker betroffen als Männer. Im Alter ab 60 Jahren ist sogar jede zweite Frau in Westfalen-Lippe wegen Rückenschmerzen in ärztlicher Behandlung. Allerdings sind auch jüngere Erwachsene im erwerbstätigen Alter

in Westfalen-Lippe davon betroffen. Zwischen 30 und 34 Jahren werden bereits bei 29,9 Prozent der Frauen und 27,4 Prozent der Männer Rückenschmerzen diagnostiziert. „Rückenschmerzen gehören damit zu den größten Gesundheitsproblemen. Sie sind in erheblichem Umfang für medizinische und soziale Leistungen verantwortlich und verursachen enorme gesamtwirtschaftliche Kosten“, sagt Wehmhörer.

forsa-Umfrage: Die Menschen stecken in einem Bewegungsdilemma

Eine repräsentative forsa-Umfrage im Auftrag der AOK hat ergeben, dass viele Menschen in einem Bewegungsdilemma stecken. „Mehr als der Hälfte der Bevölkerung ist bewusst, dass sie sich zu wenig bewegt. Doch bei der Umsetzung ist noch viel Luft nach oben“, sagt Wehmhörer. Zeitknappheit (54 Prozent), fehlende Lust und wenig Motivation (45 Prozent) hindern viele daran, ihren Alltag bewegter zu gestalten.

AOK-Kampagne mit Lösungen für einen aktiven Alltag

Unter dem Motto ‚Wer sich mehr bewegt, lebt länger – schon 21 Minuten Bewegung am Tag helfen‘ steht daher die Kampagne, die sich an den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation WHO orientiert. „Wir wollen so mehr Aufmerksamkeit zum Thema Bewegungsmangel schaffen und bieten Tipps für einen aktiven Alltag an“, so Wehmhörer. Weitere Infos gibt es im Internet unter www.aok.de/21minuten mit einem Ab sprung zu den individuellen Angeboten der AOK NordWest wie das AOK-Gesundheitsprogramm mit Onlinekursen, Bewegungskursen vor Ort in Präsenz oder eine individuelle Bewegungsberatung. Auch digitale Gesundheitsanwendungen (DIGAs) wie Apps gegen Rückenschmerz helfen beim Selbstmanagement.

Lügde heimatet:

Herausragendes Engagement wird ausgezeichnet

Im Rahmen des Landesfördergramms „Heimat. Zukunft. Nordrhein-Westfalen. – Wir fördern, was Menschen verbindet“ des Ministeriums für Heimat, Kommunales, Bau und Digitalisierung, wird das herausragende Engagement von Menschen für die Gestaltung der Heimat vor Ort in den Fokus der Öffentlichkeit gerückt. Seit 2019 nimmt Lügde an diesem Förderprogramm teil und konnte bereits 15 Projekte auszeichnen. Nun bietet sich erneut die Möglichkeit für Vereine, Institutionen oder Privatpersonen, ihre Projekte oder Ideen fördern zu lassen. Die Stadt Lügde vergibt in diesem Jahr ein Preisgeld von 5.000 € in bis zu drei Preiskategorien.

„Die Stadt Lügde beteiligt sich bereits seit Projektstart an dem Landesförderprogramm und konnte schon viele mit dem Heimat-Preis unterstützen und würdigen. Dieses Förderprojekt ist eine fantastische Möglichkeit dem Ehrenamt die Wertschätzung entgegenzubringen, die es verdient. Projekte wie der Spielplatz in Harzberg oder auch der Mehrgenerationenwald in Elbrinxen sind Beispiele dafür, wie Projekte Generationen zusammenbringen und langfristig die Lebensqualität in Lügde steigern“, so Bürgermeister Torben Blome und er ergänzt: „Das Ehrenamt spielt in Lügde eine unverzichtbare und zentrale Rolle, indem es nicht nur das soziale und gesellschaftliche Gefüge der Stadt prägt, sondern auch täglich durch die Hingabe und den Einsatz zahlreicher Freiwilliger unschätzbare wertvolle Beiträge für das gemeinschaftliche Wohl leistet.“



Das Bewerbungsverfahren läuft ab sofort und gestaltet sich unkompliziert: Interessierte können das Bewerbungsformular auf der Internetseite der Stadt Lügde finden, es ausfüllen und bis zum 10. Mai 2024 einreichen. Eingereicht werden können Projekte oder Projektideen, die im Stadtgebiet von Lügde verortet sind und im Jahr 2024 umgesetzt wurden oder werden. Die Projekte müssen sich zudem mit mindestens einem der folgenden Themenschwerpunkte befassen: Attraktivitätssteigerung öffentlicher Orte und Plätze, Förderung von Kinder- und Jugendarbeit, Förderung des gesellschaftlichen und sozialen Zusammenseins, Förderung kultureller Impulse sowie Nachhaltigkeit und Klimaschutz.

Nach Eingang der Bewerbungen wird eine Jury, bestehend aus Vertretern der Lügder Politik, Dorfcoach Laura Schuster und Bürgermeister Torben Blome, über die Siegerprojekte entscheiden und sie im Sommer auszeichnen.

Ansprechpartnerin bei der Stadt Lügde:

Stadt Lügde, Carolin Nasse
Am Markt 1, 32676 Lügde
Tel. 05281 7708-70, c.nasse@luegde.de

05231-927070

www.teutrine.de

Nicht alle Innovationen sind digital, aber sie beruhen immer auf einer guten Idee.

Teutrine
Medien & Consulting



Mit steigenden Temperaturen wird es höchste Zeit, den Rasen wieder in Form zu bringen. Zum nachhaltigen Gärtnern tragen torffreie Produkte wie die „Floragard Bio-Erde Sportlich“ bei. Unter www.floragard.de gibt es weitere Tipps zur richtigen Rasenpflege und zu geeigneten Pflegeprodukten.

Foto: djd-k/Floragard

Ungeduldige Freizeitgärtner können unter Glas starten, um jetzt den ersten Salat des Jahres sowie frische Kräuter anzubauen: Ein solides Gewächshaus aus Echtglas schafft die passenden Bedingungen für eine Vielzahl von Gemüse- und Obstsorten, die schon vor oder nach der Saison angebaut werden können: www.hoklartherm.de.



Foto: djd-k/Hoklartherm

Geschwungene Formen für Beete und Rasenflächen lassen den Garten lebendiger wirken. Für die bequeme und zeitsparende Pflege des Grüns eignen sich akkubetriebene Gartenhelfer. Mehr Tipps, Testmöglichkeiten und eine individuelle Beratung finden Gartenbesitzer etwa im Rahmen der Aktion „Garten-Start. Mit Stihl“. Die Adressen teilnehmender Fachhändler lassen sich unter www.stihl.de nachlesen.



Foto: djd-k/Stihl

ES GRÜNT SO GRÜN



Foto: djd-k/Weda

Selbst Holz zu machen, ist finanziell interessant. Wo dies möglich ist, wissen regionale Förster und Forstämter. Zur Arbeiterleichterung lohnt es sich, neben der Kettensäge ein paar zusätzliche Arbeitshilfen anzuschaffen. Sehr praktisch sind transportable Sägeböcke wie der Ecocut von Logsafe oder ein Markierungswerkzeug für die Schnittlängen. Unter www.logsafe.de gibt es dazu mehr Infos und Arbeitshinweise.

Automatische Bewässerungsanlagen können das Nass zielgerichtet und sparsam dosieren – angefangen von der richtigen Menge bis zum passenden Zeitpunkt. Smarte Technik wie bei den Hydrowise-Steuergeräten von Hunter nimmt Freizeitgärtnern die gesamte Arbeit ab. Jede Anlage wird dabei passend zum jeweiligen Garten, seiner Größe und dem Grundriss geplant. Unter www.rainpro.de gibt es weitere Informationen.



Foto: djd-k/www.rainpro.de/Hunter



Foto: djd-k/Hoklartherm

Mehr Zeit im Garten verbringen, unabhängig werden von den Launen der Witterung: Dieser Wunsch lässt sich mit einem Glaspavillon in die Tat umsetzen. Denn die soliden Aluminium-Glas-Konstruktionen lassen sich vielfältig gestalten und nutzen – von der Lesestunde bis zum fröhlichen Familienfrühstück. Außenoptik und Innengestaltung sind frei wählbar. Unter www.hoklartherm.de gibt es einen Überblick.

Vitalkur für alte Bäume

So gewinnen Baum-Methusalems neue Lebenskraft

(djd). Große alte Bäume vermitteln ein Gefühl der Sicherheit und Dauerhaftigkeit, stehen sie doch oft schon Jahrzehnte oder Jahrhunderte lang an ihrem Standort. Doch der Klimawandel, die Kapriolen der Witterung und weitere Umwelteinflüsse können den Methusalems unter den Pflanzen zu schaffen machen. Typische Zeichen von Schwäche sind beispielsweise zu später und spärlicher Blattaustrieb oder zu früh einsetzende Laubverfärbung. Beobachtet man solche Symptome an den Bäumen im eigenen Garten, dann wird es Zeit zu handeln. Denn geschwächte Pflanzen werden anfälliger für den Befall mit Schädlingen, Pilzen und anderen Baumkrankheiten. Schlimmstenfalls kann das Absterben die Folge sein.

Bodenleben verbessern, Widerstandskraft stärken, Wurzelwachstum fördern

Geringe Niederschläge wirken sich auf größere Bäume nicht unmittelbar aus, da ihre Wurzeln tief reichen. Eine dauerhafte Unterversorgung mit Wasser ist aber zu vermeiden. Eine ausreichende, gut dosierte Bewässerung muss daher sichergestellt werden, hierzu eignen sich bei kleineren Bäumen auch die Bewässerungsbeutel, die man häufiger in öffentlichen Parkanlagen sieht. Zusätzliche Lebenskraft und mehr Widerstandsfähigkeit gegen Baumkrankheiten geben zudem biologische Vitalkuren wie Waldleben. Die biologisch wirksamen, natürlichen Inhaltsstoffe verbessern das Bodenleben und fördern das Wurzelwachstum und die sogenannten Mykorrhiza, das sind symbiotisch mit den Wurzeln verbundene Pilze. Die Präparate können nicht nur auf den Boden, sondern auch auf die verholzten Teile des Baums aufgebracht werden, wo sie direkt aufgenommen werden und Spross- und Blattwachstum sowie Knospen-, Blüten- und Fruchtansatz stärken. Unter www.waldleben.eu gibt es hierzu viele weitere Informationen, Anwendungsbeispiele und Pflegetipps.

Alte Bäume erbringen enorme Umweltleistungen

Der Aufwand für den Erhalt alter Bäume lohnt sich, denn laut Studien der TU Dresden sind die Umweltleistungen von "Methusalem-Bäumen" enorm. Um ebenso viel Luft zu filtern, Schatten zu spenden, zu kühlen und Kohlendioxid zu speichern wie ein jahrhundertealter Baumriese, müssten 400 Jungbäume gesetzt werden. Doch auch Bäume, die seit ein paar Jahrzehnten im Garten oder im Park stehen, leisten bereits einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung einer gesunden, lebenswerten Umwelt - der Erhalt ist vor diesem Hintergrund einer Neuanpflanzung vorzuziehen, wo immer dies möglich ist.



Rischwiese 17
32805 Horn-Bad Meinberg / Leopoldstal

Tel.: 05234-2065960
Fax: 05234-2065962
Markus Klare: 0171 2109966

kontakt@klare-montageservice.de
www.klare-montageservice.de



% WIR SCHLIEßEN %

STARKE RABATTE

HOLZZÄUNE

WPC-SICHTSCHUTZ

SPIELTÜRME

SCHAUKELN

UND VIELES MEHR

-30 %

-40 %

-50 %

TOTALAUSVERKAUF

HATTA

Gutes für Haus, Garten und Dich
Hohe Kamp 44
33175 Bad Lippspringe

Tel.: 0 52 52 - 98 985 - 30

Öffnungszeiten

Montag	9:00 - 17:00
Dienstag	GESCHLOSSEN
Mittwoch	GESCHLOSSEN
Donnerstag	9:00 - 17:00
Freitag	9:00 - 17:00
Samstag	9:00 - 14:00
30.04.	GESCHLOSSEN

**Bewirb dich jetzt für 2024!**

Als weltweit führender Holzwerkstoffhersteller bietet Kronospan dir eine ideale Plattform, um deine berufliche und persönliche Weiterentwicklung zu fördern. Mit Standorten in über 27 Ländern und mehr als 14.000 Mitarbeitern ist Kronospan seit über 115 Jahren in Familienbesitz und weltweit die Nr. 1 in der Holzverarbeitenden Industrie. Unsere Struktur ist geprägt von flachen und schnellen Entscheidungshierarchien, globaler Expansion und hoher Ertragsorientierung.

Wir bilden aus:



» **Industriemechaniker (m/w/d)**

» **Elektroniker für Betriebstechnik (m/w/d)**

» **Industriekaufmann (m/w/d)**

KRONOSPAN GmbH, Leopoldstaler Str. 195, 32839 Steinheim, www.kronospan-worldwide.com

Kontakt: Joline Henneke, 05238 984 151, j.henneke@kronospan.de



Zum 11. Mal präsentiert sich das staylipso-Netzwerk Wirtschaft-Schule e.V. mit mehr als 50 Unternehmen der Region, um das regionale Ausbildungsspektrum abzubilden.

In der Logistikhalle des Unternehmens SynFlex in Blomberg werden sich die Aussteller am 20. April 2024 zwischen 9 und 15 Uhr mit ihren Ausbildungsangeboten vorstellen. Auszubildende und Personalverantwortliche stehen für Fragen zu Ausbildungsinhalten aber auch für praktische Demonstrationen zur Verfügung.

Dank der Unterstützung durch die Bürgerstiftung Zukunft Blomberg wird erneut ein kostenloser Shuttlebus von Bad Pyrmont über Lügde und Schieder-Schwalenberg nach Blomberg zum Messegeschehen fahren und im Nachmittagsbereich auch wieder zurück.

Mehr Infos unter: www.staylipso.de

Ausbildung vor Ort Unternehmen stellen sich vor

Die Messe zum Anfassen mit regionalen Ausbildungsangeboten am 20. April bei SynFlex

AUSBILDUNG als Lacklaborant/in (m/f/d)



KNEHO-LACKE GMBH
THE UV COATING COMPANY

DEIN PROFIL

- Eigenständig, kreativ und teamfähig
- Freude am Präsentieren deiner Arbeit
- Hinterfragst Dinge im Detail
- Interessiert an den Naturwissenschaften
- Mittlerer Bildungsabschluss oder Abitur

MEHR ALS FARBE ...

- Super Betriebsklima, modernes Familienunternehmen
- Abwechslungsreicher Berufsalltag mit wachsendem Anteil an Digitalisierung
- Kundenorientiertes Arbeiten
- 30 Tage Urlaub im Jahr
- Attraktive Vergütung plus Urlaubs- und Weihnachtsgeld



FAST ALLES IST LACKIERT!

- Als Lacklaborant/in bist Du in vielen Branchen, weltweit gefragt!
- Die Ausbildung ist Grundlage für viele Weiterbildungen. Wir unterstützen Dich!

BEWERBUNG (GERNE PER E-MAIL) AN:
MICHAEL BRINKMANN
brinkmann@kneho.com • +49 (0) 52 34 / 84 02-24

KNEHO-LACKE GmbH
Wilberger Str. 98-100 • 32805 Horn-Bad Meinberg

MEHR INFOS UNTER:
WWW.KNEHO.COM



Foto: djd/BVR/Getty Images/Joao Inacio

Nachhaltig Denken und Handeln

(djd). Nachhaltigkeit ist in den letzten Jahren zu einem beliebten Schlagwort geworden, niemand wird grundsätzlich etwas gegen Nachhaltigkeit haben. Wenn es aber darum geht, wie jeder Einzelne oder auch Unternehmen konkret einen Beitrag dazu leisten können, wird es schon schwieriger. Stichwort ökologischer Fußabdruck: Sind gelegentliche Flugreisen in Zeiten des Klimawandels noch okay? Und steckt hinter dem Umweltengagement vieler Firmen nur "Greenwashing", wie manche Kritiker vermuten? Ein Beispiel aus der Finanzwirtschaft zeigt, wie sich nachhaltiges Handeln transparent und langfristig realisieren lässt.

Haltung, Weitblick und Engagement

Die Volksbanken und Raiffeisenbanken etwa setzen schon seit Langem bewusst auf ein nachhaltiges Geschäftsmodell. "Das entsprechende Leitbild sorgt dafür, dass Produkte und Prozesse sich zunehmend an nachhaltigen Kriterien orientieren", erklärt Philipp Schultheiß vom Bundesverband

der Deutschen Volksbanken und Raiffeisenbanken (BVR). In Zeiten des Klimawandels rückt der ökologische Aspekt der Nachhaltigkeit in den Vordergrund – mit nachhaltigeren Lösungen wie der papierfreien Kontoführung oder Bezahlkarten aus recycelbaren Materialien werden Ressourcen geschützt. "Nachhaltig bedeutet aber auch, dass sich die genossenschaftliche Bankengruppe in vielfältiger Weise in der Region engagiert: kulturell, sozial oder als Arbeitgeber. Dadurch wollen wir den Wohlstand und den sozialen Fortschritt in der Region sichern und diese lebenswert machen", erläutert Schultheiß. Nachhaltigkeit habe in diesem Sinne etwas mit Haltung, Weitblick und Engagement zu tun, sie betreffe nahezu alle Lebensbereiche.

Baumpflanzaktionen, Bienenweiden und Insektenhotels: Nachhaltige Projekte in vielen Bereichen

Das nachhaltige Engagement der Genossenschaftsbanken soll Menschen und Organisationen ermutigen, sich auch selbst zu engagieren. "Die Banken sind Teil ihrer jeweiligen Region und fördern diese gemeinsam mit ihren Kundinnen, Kunden und Mitgliedern", betont der BVR-Nachhaltigkeitsexperte. Nähere Einblicke und Beispiele finden Interessierte unter www.vielefuerviele.de. "Die Projekte sind vielfältig und reichen von Baumpflanzaktionen über die Renaturierung von Seenplatten bis hin zu Bienenweiden und Insektenhotels", weist Schultheiß auf die breite Palette der Maßnahmen hin. Die Genossenschaftsbanken verstehen es, ihre Regionen zu prägen, zu entwickeln und zu stärken. Sie stellen sich den großen Themen im vermeintlich Kleinen. Viele ihrer lokalen Projekte und Initiativen erfüllen so bereits einige der 17 von den Vereinten Nationen definierten Nachhaltigkeitsziele (SDG). So gehen die Banken die Aufgaben der Zukunft in ihrer direkten Umgebung an.



Foto: djd/BVR/Halfpoint – stock.adobe.com



„Der will nur spielen“

Richtig spielen mit dem Hund

Eines ist klar: gemeinsames Spiel zwischen Mensch und Hund stärkt die Bindung und macht Spaß!

Aber scheinbar ist es gar nicht immer so einfach, echtes Spiel-Verhalten beim Hund zu erkennen und die vielen Möglichkeiten, die es für Mensch und Hund bietet, auszuschöpfen. So endet das „Spielen“ oft beim endlosen Bällchen werfen oder gar bei der scheinbaren Erkenntnis, der eigene Hund spiele nun einmal generell nicht gern.

Themen-Abend
am 18.04.24 um 17:30 Uhr
im Fressnapf-Markt Detmold

An diesem Abend geht es erst einmal um die Frage, was echtes Spiel überhaupt ist – und wann es eher „nur“ Beschäftigung ist. Welche Spiel-Regeln gilt es einzuhalten und wann wird es ernst? Wie können sich Kinder mit dem Hund beschäftigen und worauf sollten Eltern achten? Wie kann ich Spielzeug richtig nutzen und damit sogar den Gehorsam des Hundes verbessern? Braucht man überhaupt immer Spielzeug und welches eignet sich für welchen Hund?

Eintrittskarten gibt es in unserem Fachmarkt: p.P. 25 €

Fressnapf Detmold

Happy Pet OWL Vertriebs GmbH & Co. KG
Klingenbergstr. 17 • 32758 Detmold
05231 306748 • www.happypet-owl.de

FRESSNAPF

Wir sind euer
TIERISCHENGAGIERTES
Team vor Ort!







Scanni mich!



Scanni mich!

Fressnapf Detmold

Klingenbergstr. 17
32758 Detmold

HAPPYPET-OWL.DE



Anzeige

15 Jahre Biergarten Landhaus Begatal

Ein fester Anlaufpunkt in der Region



Zentral gelegen zwischen Lemgo und Barntrup, Extertal und Blomberg bietet das Landhaus Begatal seinen Gästen einen der schönsten Biergärten der Region, der auch bei Rad- und Motorradtouren als Ausflugsziel sehr beliebt ist.

Unter'm Sonnendach und im mediterran gestalteten Garten laden 150 Sitzplätze zum Verweilen ein. Unter blauem Himmel werden Besuche durch zahlreiche Events zum Erlebnis. Vom Front-Cooking bis hin zum amerikanischen Barbecue bieten wir die ganze Saison über Abwechslung pur - natürlich bei strahlendem Sonnenschein, aber auch bei ungemütlichem Wetter auf der windgeschützten, überdachten Terrasse.

Auch an Tagen ohne besondere Veranstaltung können Sie bei uns im Landhaus Begatal nach Herzenslust genießen, nette Leute treffen, beim frisch gezapften Weizen oder Cocktail plaudern oder einfach nur die Sonne genießen. Da wir im Biergarten auch unsere normale Restaurant-Speisekarte anbieten, servieren wir auch draußen Saisonangebote wie Spargel, Matjes oder Pfifferlings-Gerichte.

Dank kostenfreiem WLAN können Sie Ihren Arbeitsplatz bei schönem Wetter problemlos auch kurzerhand in unseren Biergarten verlegen. Für unsere kleinen Gäste steht ein Spielplatz in Sichtweite für jede Menge Abenteuer bereit.

Durch unseren Eventbereich haben wir auch die Möglichkeit, Privat- oder Firmenveranstaltungen von 40 bis zu 400 Personen durchzuführen. Sprechen Sie uns einfach an und wir erstellen Ihnen gerne ein individuelles Angebot.

„Unser Biergarten wird ab dem Frühjahr als Open-Air-Restaurant betrieben“, so Betreiber Stephan Bükler. Sobald das Wetter es zulässt, arbeiten er und sein Team auf Hochtouren, um den Biergarten, sein Open-Air-Restaurant aus dem Winterschlaf zu holen und für die schöne Jahreszeit vorzubereiten. Dort wird Stephan Bükler dann seine kreative, regionale und weltoffene Küche sommerlich präsentieren.

Nicht nur der 1. Mai, als offizieller Biergarten Saisonstart, ist bei vielen Familien im Kalender rot angestrichen, sondern auch der Vatertag, denn dann wird im Biergarten des Landhaus Begatal in Dörentrup an der B66 gefeiert!

Auch in diesem Jahr steht der 9. Mai wieder ganz im Zeichen der Familie und lockt mit einem bunten Programm. Das wird dieses Mal noch etwas größer ausfallen als üblich, denn obendrauf feiert das Landhaus an der Bundesstraße 2 in Dörentrup das 15-jährige Biergarten-Jubiläum.

Beste Unterhaltung für klein und groß an Christi Himmelfahrt von 11 bis 18 Uhr.

Für die Kleinsten wartet zum Beispiel eine Riesen-Hüpfburg, Kinderschminken, ein Zauberer und Ballonkünstler, eine Riesen-Dartscheiben und eine Fotobox, um die schönsten Momente im Bild festzuhalten. Und während die kleinen Gäste beschäftigt sind, können die Erwachsenen, bei bester Musik der Band um Ulli Sievert und Sängerin Francy, das hoffentlich schöne Wetter genießen. Dazu gibt es frisch gebackenen Kuchen und Crêpes aber auch leckere, deftige Gerichte aus der Landhaus-Küche und kreatives Fingerfood im Street-Food-Style. Dazu warten frisch gemixte Cocktails, kühles Bier und Homemade-Limos. Der Eintritt ist wie immer frei.



Bundesstraße 2 • 32694 Dörentrup • Fon: 05265.94640





Seit über 30 Jahren
 Ihr Ansprechpartner für
FAHRRÄDER & E-BIKES
 in der Region

SCOTT

HAIBIHE

VICTORIA

MORRISON

BERGAMONT

FALTER

FOCUS

KALKHOFF

ORBEA

CONWAY

**DIE
 FAHRRAD
 SCHEUNE**

Die Fahrrad-Scheune e.K.
 Untere Straße 1
 32825 Blomberg
 info@fahrrad-scheune.de
 +49 5235 8996

Unsere Öffnungszeiten:
 Dienstag bis Freitag:
 10:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 18:00 Uhr
 Samstag:
 10:00 - 13:00 Uhr

„Was heißt hier Minderheit?“

Lippischer Heimatbund präsentiert bundesweite Wanderausstellung im Kreishaus in Detmold

Einen glanzvollen Auftakt zur Ausstellung erlebten die gut 100 geladenen Gäste bei der Vernissage zur Ausstellung, die als erste Station in NRW in Lippe Halt macht.

Die ersten Besucher der Ausstellung zeigten sich begeistert von der Ausstellung und dem attraktiven Programm rund um die Rede von Heiko Hendriks, Beauftragter der Landesregierung NRW für die Belange von deutschen Heimatvertriebenen, Aussiedlern und Spätaussiedlern zum Thema "Sprachliche Vielfalt ist ein erhaltenswertes Kulturgut". Unterhaltung gab es von "De Plattköpfe" aus Münster, die die Gäste mit auf Lippe gemünzte Texte und schwungvoller Musik begeisterten.

Die Ausstellung präsentiert die vier deutschen alteingesessenen Minderheiten der Dänen, Friesen, Sorben/Wenden, der deutschen Sinti und Roma und der Sprechergruppe Niederdeutsch. Alle fünf Gruppen haben eine eigene Sprache, in Lippe ist es das lippische Platt, aber auch Plautdietsch, das noch von einigen der 60.000 Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedlern gesprochen wird. Beide Sprachen ähneln sich.

Die Ausstellung besticht mit einer modernen Ausstellungsarchitektur mit audiovisuellen Elementen. "Wir freuen uns, wenn jetzt möglichst viele Lipperinnen und Lipper die Möglichkeit zu einem Ausstellungsbesuch nutzen", so LHB-Geschäftsführerin Yvonne Huebner, "die Ausstellung gibt wirklich einen spannenden Einblick in die Welt dieser Sprachen".

Noch bis zum 3. Mai haben die Lipperinnen und Lipper die Chance, die Ausstellung des Lippischen Heimatbundes und des Kreises Lippe kostenlos zu den Öffnungszeiten des Kreishauses zu besuchen. Für Schulen gibt es Begleitmaterial für den Unterricht. Am 18. April, 16.00 Uhr lädt der Lippische Heimatbund zu einer kostenlosen Führung mit Werner Zahn, Fachstellenleiter Lippisch Platt ein.

Kreishaus
Felix-Fechenbach-Str. 5
32756 Detmold

Anmeldungen bis 15. April an:
info@lippischer-heimatbund.de
oder telefonisch unter 05231/627911.

Informationen zur Ausstellung finden Sie unter:
washeissthierminderheit.de



Fotos: Lippischer Heimatbund (Reiner Toppmöller)



In der Elisabethstr. 16 in Detmold gibt es jetzt

Badkomfort

Wer seit dem 01.02.2024 auf der Elisabethstraße in Detmold flanierte, dem wird es vermutlich bereits ins Auge gefallen sein: im ehemaligen Ladenlokal der Fa. Küllmer präsentiert

sich nun die Firma Badkomfort-Lippe dem geeigneten Laufpublikum und informiert über die Möglichkeiten einer attraktiven und barrierefreien Badsanierung.



Der bislang hier ansässige Fachbetrieb Küllmer ist indes keineswegs verschwunden, sondern nach wie vor an der gewohnten Anschrift erreichbar und im Einsatz für seinen Kundenstamm – allein das Ladenlokal ist nun Wirkstätte und Anlaufpunkt für Interessenten und Kunden der Fa. Badkomfort-Lippe GbR.

Am 03.02.2024 fand die offizielle und gut besuchte Eröffnung statt, zu der sich nicht nur geladene Gäste, sondern auch viele interessierte Bürgerinnen und Bürger einfanden.

Was aber macht die Firma Badkomfort-Lippe denn nun genau?

Das haben uns die beiden Begründer Andre Hanning und Benjamin Martens einmal genauer erklärt:

„Ganz knapp? Wir sorgen dafür, dass pflegebedürftige Menschen jeden Alters ihr eigenes Bad wieder selbstständig oder doch zumindest barrierearm wieder nutzen können“, bringt es Herr Martens („Benni“, wie ihn hier jeder nennt) auf den Punkt. „Barrierefrei“ mag er es nicht immer nennen, denn nicht jedes Bad bietet dafür die Voraussetzungen – aber „wann immer möglich, machen wir es auch barrierefrei“, schließt Herr Martens.

So schnell kann es geschehen, dass die eigene Gesundheit und Mobilität die täglich Duschroutine zu einer unüberwindbaren Hürde werden lassen.

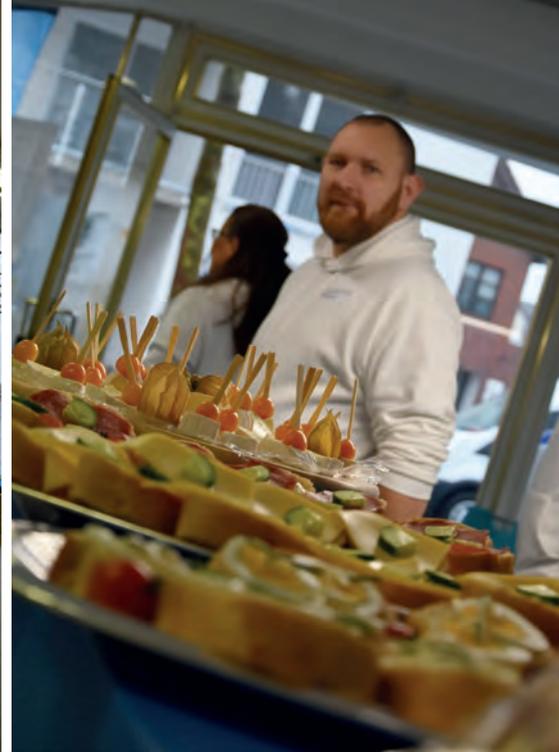
Gerade die so lieb gewonnene „gemütliche Badewanne“ wird schnell zur Stolperfalle. Richtig schwierig wird es, wenn die Badhygiene von Pflegediensten oder Angehörigen begleitet werden muss und das alte Badezimmer dafür einfach keinen Platz mehr bietet. Sperrige alte Duschtüren, hohe Duschwannen und eben die einst so geliebten Badewannen lassen das morgendliche Duschvergnügen da oft zum Alptraum werden.

Eine komplette Badsanierung bleibt jedoch meist ein unerschwinglicher Wunschtraum.

Hier kommt die Badkomfort-Lippe GbR ins Spiel. Das kleine Team aus eigens dafür geschultem Personal bietet eine für jeden Geldbeutel praktikable Lösung.

Das einfache „Wanne-raus-Dusche-rein“ Programm bewegt sich im Bereich von ca. 4000,- € und wird damit von allen Pflegekassen als wohnraumverbessernde Maßnahme vollumfänglich übernommen, sofern der Auftraggeber einen Pflegegrad besitzt. Hier bieten Herr Martens und Herr Hanning eine direkte Abrechnung mit den Pflegekassen an, so dass der Pflegebedürftige nicht einmal in Vorleistung treten muss – ein Konzept, das für die Beiden auch eine Herzensangelegenheit ist!





„Das sind oft Schicksale, die man da so mitbekommt. Viele unserer Kunden haben es schon schwer genug, ohne dass sie noch gucken müssen, woher sie die 4000 € erstmal vorstrecken“, begründet Andre Hanning dieses Verfahren.

Ihr Kerngeschäft sind genau diese kleinen „Tagesbaustellen“, wie sie es nennen, denn wenn es keine unvorhergesehenen Komplikationen gibt, dann ist so ein Umbau an einem Tag geschafft und aus einer Stolperfalle eine Duschoase geworden.

Nach Jahren, in denen die Beratung nur übers Telefon oder bei Vor-Ort-Termine stattfand, bietet das Ladenlokal nun eine

kleine Ausstellung zum angucken und anfassen und mit Frau Güldner darüber hinaus eine freundliche und kompetente Fachkraft, die gerne alle Fragen rund um die individuelle Um- oder Neugestaltung des Badezimmers beantwortet .



Badkomfort-Lippe
Martens u. Hanning GbR
Elisabethstr. 16
32756 Detmold
Tel.: 05231 - 30 28 705
www.badkomfort-lippe.de





Klaus Stein (Schatzmeister LHB), Landrat Dr. Axel Lehmann, Heimatbund-Vorsitzender Dr. Albert Hüser, Olaf Biere (Fachstelle Wandern LHB), Yvonne Huebner (Geschäftsführerin LHB) und Günter Weigel (Geschäftsführer LTM) freuen sich über die engere Zusammenarbeit. FOTO: LTM

Kooperation zwischen LTM und Heimatbund wird zur Schlüsselrolle für das Wanderwegenetz in Lippe

Die „Hermannshöhen“, der „Tönsbergblick“ oder die „Klimaerlebnisroute Velmerstot“ gehören zu den beliebten Qualitätswanderwegen im Lipperland. Diese werden regelmäßig auf ihren Zustand und eine gute Beschilderung überprüft, um das Wanderwegenetz auf einem hohen Niveau zu halten und die Kriterien als „Qualitätswanderweg“ zu erfüllen. Und genau dabei arbeiten die Lippe Tourismus & Marketing GmbH (LTM) und der Lippische Heimatbund (LHB) nun enger zusammen.

„Vor zwei Jahren ist ‚Lippe - Land des Hermann‘ als ‚Qualitätsregion Wanderbares Deutschland‘ ausgezeichnet worden“, berichtet Landrat Dr. Axel Lehmann: „Das zeigt zum einen, auf welchem hohen Standards das Wandern in unserer wunderschönen Heimat möglich ist. Zum anderen ist dies auch ein Ansporn für uns, unser Wegenetz auf einem hohen Niveau zu halten und es kontinuierlich zu verbessern.“ Eine Schlüsselrolle nehmen dabei die neue Kooperation zwischen LTM und LHB ein.

„Als Heimatbund ist es uns ein großes Anliegen, die abwechslungsreiche lippische Kulturlandschaft für Menschen zu einem nachhaltigen Naturerlebnis werden zu lassen. Unsere Mitglieder der Fachstelle Wandern übernehmen daher seit vielen Jahren die Markierung der Wander- und Spazierwege in den lippischen Städten und Gemeinden, organisieren geführte Touren und sitzen im Beirat des Kompetenzzentrums Wandern ‚WALK‘ in Lippe“, erklärt Dr. Albert Hüser, Vorsitzender des LHB.

Da insbesondere der Erhalt und die Pflege des Wegenetzes sehr anspruchsvoll sind, unterstützt nun ein Mitarbeiter der LTM die Ehrenamtlichen des Heimatbundes. Konkret übernimmt er die Koordination bei der Bearbeitung festgestellter Mängel, bespricht mit den Engagierten und Verantwortlichen vor Ort die jeweilige Vorgehensweise und legt auch selbst Hand mit an, wenn beispielsweise Markierungen erneuert oder ausgetauscht werden müssen.

„Unser gemeinsames Ziel ist es, das lippische Wegenetz gemäß der Vorgaben des Deutschen Wanderverbandes zu pflegen und damit auch die Rezertifizierung sicherzustellen“, betont Dr. Lehmann. Der Landrat und Dr. Hüser könnten sich außerdem vorstellen, die Zusammenarbeit zwischen LTM und LHB auf weitere gemeinsame Themenfelder auszuweiten.

Weitere Informationen unter: www.land-des-hermann.de/natur-aktiv/wandern/qualitaetswanderwege/

» NEU BEI UNS «

Kompressionsstrümpfe berührungslos anmessen lassen

Lassen Sie sich jetzt bei uns berührungslos, mit dem phlebologischen Beinscanner **JOBST LEXpert³⁶⁰** vermessen. Innerhalb von **5 Sekunden** sind Sie von den Füßen bis zum Bauchnabel ausgemessen und Ihre Strümpfe sind innerhalb von wenigen Minuten konfiguriert und bestellt.

Machen Sie jetzt einen Termin aus!

Heidensche Str. 10
32791 Lage



Tel.: 05232 2417

R Magaziner eporter Menschen der Region

In den monatlichen Ausgaben des Magazins Reporter geht es schwerpunktmäßig um Menschen der Region. Um Schicksale, Träume und Karrieren.

Diese hochwertigen Magazine erscheinen in Lippe und Paderborn an jeweils über 1.000 Auslagestellen. Sie sind stark in der Reichweite und nahezu zeitlos im Inhalt.

Die regionalen Printausgaben finden Leser an vielen ausgewählten Auslagestellen. Beim Friseur, beim Arzt, in der Gastronomie, im Fitnesscenter, im Einzelhandel, in der Touristinfo u.v.m.

Alle digitalen Ausgaben finden Sie im Internet unter:
www.reporter-magazin.de



Ratgeber Feiern

Egal ob bei schlichten Geburtstagen oder bei großen Jubiläumstagen, die Organisation ist oft komplex. Von der Location-Auswahl bis hin zur musikalischen Begleitung, bietet professionelle Planung viele Vorteile.

Unser Magazin „Ratgeber Feiern“ liefert Tipps und präsentiert Experten, um Ihre nächste Veranstaltung zu einem unvergesslichen Highlight zu machen.

Die aktuelle Ausgabe finden Sie im Internet unter:
www.ratgeber-feiern.de

SennePlus

Unter www.SennePlus.de erscheinen täglich Meldungen aus Schlangen, Bad Lippspringe und der Umgebung.

In der monatlichen Printausgabe als auch online wird über lokale Politik, Kultur sowie aus dem Vereinsleben und anderen aktuellen Entwicklungen berichtet.

Die Printausgabe finden Leser an vielen ausgewählten Auslagestellen in der Region.

Auch auf der rein werbefinanzierten Online-Plattform sind alle Inhalte ohne Abo und kostenfrei für die Leser in vollem Umfang zugänglich. Hier ergeben sich zusätzliche Werbemöglichkeiten für die regionale Wirtschaft.
www.senneplus.de



Ausflugsziele für Familien

Ausflugsziele für Familien ist seit 2013 als Ideengeber im praktischen DIN-lang Hosentaschenformat der ideale Begleiter für Familienausflüge in der Region.

Die Printausgabe ist erhältlich bei Ausflugszielen, in Tourist- und Bürgerinformationen, sowie in Kindergärten und zahlreichen anderen Auslagestellen, wie dem Einzelhandel, Tankstellen u.v.m.

Die gesamte Ausgabe finden Sie auch im Internet unter:
www.ausflugsziele-für-familien.de

Lippeportal

Lippeportal ist seit über 20 Jahren das monatliche Veranstaltungs-Magazin mit hunderten Informationen über Konzerte, Theater, Stadtfeste, Freizeit, Wellness, Recht, Bücher, Bildung, Gastronomie, Einzelhandel u.v.m. in Lippe.

Die monatliche Printausgabe erhalten Leser an über 400 Auslagestellen in Lippe. Damit ist das Lippeportal nahezu unübersehbar.

Die digitale Ausgabe inklusive aller Anzeigen finden Sie auch im Internet unter: www.lippeportal.de



Magazine für Kunden, Mitarbeiter und andere Zielgruppen

Nicht nur für Unternehmen der freien Wirtschaft, Vereine und Organisationen, sondern auch für kommunale Träger, Parteien und Verwaltungen erstellen wir individuelle Magazine, Jahresberichte, Programme und andere Drucksachen.

Kommunal
Druck

Wir lieben Veranstaltungen und Storytelling in jeder Form.

In unseren Printausgaben und auf unseren Online-Portalen informieren wir jeden Monat über kommende Events und besonderen Highlights.

In unseren Magazinen erzählen wir Geschichten über Menschen der Region. Über ihre Schicksale, Glücksmomente und was sie bewegt.

Gemeinsam lernen wir heimische Unternehmen kennen. Die bodenständigen Familienbetriebe mit langer Tradition, die innovativen Startups und die vielen inspirierenden „Hidden Champions“.

Das sind die Momente, Menschen, Unternehmen und Produkte, die uns begeistern, und für die wir gerne werben.

Wir sind jedoch nicht nur Verlag, sondern bieten unseren Kunden auch den kompletten Service unserer Werbeagentur.

- Visitenkarten und Briefpapier
- Flyer und Prospekte
- Kunden- und Mitarbeitermagazine
- Internetseiten und Social-Media
- Fotos, Videos und Pressetexte
- Social-Media-Guidelines und Schulungen
- Kampagnenführung und Budgetplanung
- und vieles mehr

Sie brauchen etwas anderes?
Oder wollen Sie einfach mal ganz grundsätzlich über Möglichkeiten für Ihr Marketing sprechen?

Kein Problem. Rufen Sie uns an:
0 52 31 - 92 70 70

 **Teutrine**
Medien & Consulting

>>> www.teutrine.de



Lange Museumsnacht 12. April 2024

**Archäologisches Freilichtmuseum Oerlinghausen e.V.
Am Barkhauser Berg 2-6 | 33813 Oerlinghausen**

Das Archäologische Freilichtmuseum Oerlinghausen feiert den Start in die Saison mit der Langen Museumsnacht am Freitag, den 12. April. In dieser Nacht geht es strahlend in den Frühling – und zwar wörtlich! Die Wege und Häuser setzt LightArt in Szene – den meisten bekannt durch das Event „Hermann leuchtet“. Highlights der Veranstaltung sind Feuershows der Bielefelder Feuerkunstgruppe Feuerflut. Denn das Museumsteam möchte mit Licht, Farbe und Musik einen dicken Schlussstrich unter den Winter setzen.

Dieses Mal geht es um das Thema Essen und Trinken. Probieren ist erlaubt und kostenlos, von der Steinzeit bis zur römischen Feinkost. Der Steinzeitkoch Nils Stadie vom Badischen Landesmuseum Karlsruhe bereitet Wild auf Jäger und Sammler-Art am offenen Feuer zu. Im Zentrum der Veranstaltung steht die Erste Römerkohorte Opladen, die Probierportionen von mindestens zehn römischen Vor- und Hauptspeisen ausgibt. Dazu werden auch zwei pompejanische Herde in Betrieb genommen. Das Ganze natürlich nur so lange, wie der Vorrat reicht. Für den Lipper in uns: Die Häppchen sind kostenlos, aber nicht als „All You Can Eat“ gedacht. Deshalb ist ein konventioneller Food-Truck zum richtig satt werden eingeplant. Abgerundet wird die Veranstaltung durch Märchen zum Essen und Trinken am Lagerfeuer, stimmungsvoll im frühmittelalterlichen Hallenhaus.

Daneben wird alles präsentiert, was nachts schön sichtbar ist: Eine Wikingergruppe heizt beispielsweise den frühmittelalterlichen Perlenofen ein und erzeugt farbenfrohe Glasperlen. Auch ein Schmied zeigt sein Handwerk. An unterschiedlichen Ständen kann auch frühmittelalterliches Kunsthandwerk erworben werden. Seinen Weg erleuchtet man sicher mit einer in der Kreativwerkstatt selbst gebastelten Laterne. Die Veranstaltung beginnt um 19 Uhr und endet um Mitternacht.

Weitere Informationen unter:

www.afm-oerlinghausen.de

facebook.com/afm.oerlinghausen

instagram.com/afm_oerlinghausen/?hl=de

twitter.com/afmoerling

Öffnungszeiten:

In der Saison bis September hat das AFM wochentags von 9:00 bis 18:00 Uhr und am Wochenende von 10:00 bis 18:00 Uhr geöffnet. Im Oktober wochentags von 9:00 bis 16:00 Uhr, am Wochenende von 10:00 bis 17:00 Uhr.

Alle Veranstaltungen, Führung und Seminare finden Sie unter **www.afm-oerlinghausen.de**





Die Stadt Lügde unterstützt Anmietung von Ladenlokalen

Die Lügder Innenstadt soll als Ort des Wohnens, Handels und der Freizeitgestaltung neu belebt werden. Dafür hat die Stadt Lügde eine Förderzusage für ein attraktives Förderprogramm erhalten, das es Gründerinnen und Gründern ermöglicht zu sehr günstigen Konditionen eine Gewerbeimmobilie anzumieten und zudem einen Zuschuss für die Herrichtung des Ladenlokals zu erhalten.

Das Programm ist schnell erklärt: Die Stadt Lügde selbst mietet die Ladenlokale für max. 2 Jahre mit einem Mietzins von 70% (Altmiete) an und vermietet diese mit einer bis zu 80 % reduzierten Miete an interessierte Unternehmen weiter. Bezugspunkt für ist die Kaltmiete aus der letzten Vermietung des entsprechenden Ladenlokals. Somit müssen im Idealfall nur noch 20 % der ursprünglichen Miete von der Interessentin/dem Interessenten übernommen werden. Voraussetzung ist jedoch, dass die Vermieterin/ der Vermieter bereit ist auf 30% der Altmiete zu verzichten. Und nicht nur die Anmietung wird unterstützt, sondern auch unter bestimmten Voraussetzungen Umbaukosten, zum Beispiel die Herrichtung des Eingangs und der Fassade, sowie Gebäudetechnik. Mit dieser Umbaupauschale können Investitionen bis max. 7.500 € gefördert werden.

Möglich ist diese attraktive Förderung durch das Förderprogramm „Zukunftsfähige Innenstädte und Ortszentren“ des Landes NRW. Hier hat sich Lügde beworben und eine Zuwendung erhalten. Die Förderung ist auf zwei Jahre begrenzt und kann ab sofort in Anspruch genommen werden. Im Einzelfall können noch belegte Verkaufs- und Gastronomieflächen mit gekündigtem Mietvertrag ohne absehbare Nachfolgenutzung einbezogen werden, um drohenden Leerstand zu vermeiden.

Wer von diesem Förderprogramm profitieren möchte, kann sich ab sofort bewerben.

„Optimalerweise kommen Gründerinnen und Gründern mit einem Konzept auf uns zu und wir können auf dieser Grundlage die Förderung besprechen“, so Nicole Weigang, die zuständige Projektverantwortliche bei der Stadtverwaltung Lügde. Aber auch Eigentümerinnen und Eigentümern von Immobilien können sich bei Frau Weigang melden und Ihre potentielle Immobilie anbieten. „Unser Ziel ist es als

Schnittstelle zu fungieren und möglichst viele Immobilien einer neuen und nachhaltigen Nutzung zuzuführen“, so Weigang und sie betont weiter: „Die neuen Nutzungen sind nicht nur auf Einzelhandel beschränkt, auch gastronomische Nutzungen, Dienstleistungen und viele weitere Nutzungen sind förderfähig.“

„Dieses Förderprogramm bietet uns die Chance den Leerstand in Lügde aktiv zu reduzieren und die Attraktivität und Lebensqualität deutlich zu steigern“, so Torben Blome, Bürgermeister der Stadt Lügde. „Wir möchten ausdrücklich dazu motivieren diese Möglichkeit wahrzunehmen und stehen gemeinsam mit der Wirtschaftsförderung des Kreises Lippe auch bei allen Fragen rund um das Thema Unternehmensgründungen gerne beratend zur Seite. Sehr erfreulich ist ja in diesem Zusammenhang auch die Neuansiedlung mit dem „Eiscafé Napoli“ an der Bahnhofstraße ohne besondere Förderungen. Es braucht schließlich in erster Linie unternehmerischen Mut, eine gute Geschäftsidee und möglichst viele regelmäßige Kundinnen und Kunden. Das gilt natürlich gerade auch für die Bestandsunternehmen. Ich werbe daher sehr aktiv dafür: Kauf in deiner Stadt, damit sie eine Zukunft hat“, so Blome abschließend.

Weitere Informationen zu dem Förderprogramm hat die Stadt Lügde auf www.luegde.de zusammengefasst. Außerdem steht die Ansprechpartnerin Frau Weigang telefonisch unter 05281 7708-62 oder per Mail n.weigang@luegde.de für Rückfragen zur Verfügung.



Holen Sie sich jetzt bei uns ganz einfach Ihr Mopedschild für die neue Saison. Unseren leistungsstarken Versicherungsschutz bekommen Sie schon ab 54 € im Jahr. Gern beraten wir Sie persönlich.

Bezirks-Generalvertretung Dirk Kleemann
Generalvertretung Justine Breuer

Hellweg 2 a · 32825 Blomberg
Telefon 05235 509330
info.kleemann@mecklenburgische.com
info.justine.breuer@mecklenburgische.com
www.mecklenburgische.de



Mecklenburgische
VERSICHERUNGSGRUPPE



Lilli Gebhard

Lilli Gebhard lebt in Detmold. Sie schreibt Gedichte und Erzählungen, forscht am Museum für Russlanddeutsche Kulturgeschichte und unterrichtet Schülerinnen und Schüler am Gymnasium.

Mit ihren Gedichten und Erzählungen sucht sie das Gemeinsame. Was verbindet uns in unserer Unterschiedlichkeit miteinander?

Ihre Kindheit hat sie in Lage und Detmold verbracht, in einer hübschen 80er Jahre Neubausiedlung, mit Vorgärten. Nur, dass ihr Vorgarten die Spielwiese der Kinder war und da, wo die Nachbarn ihre Spielwiese für die Kinder hatten, also hinter dem Haus, sich ein Kartoffelacker befand. Im Carport stand im Herbst nicht das Auto. Dort lagen die Kartoffeln zum Trocknen.

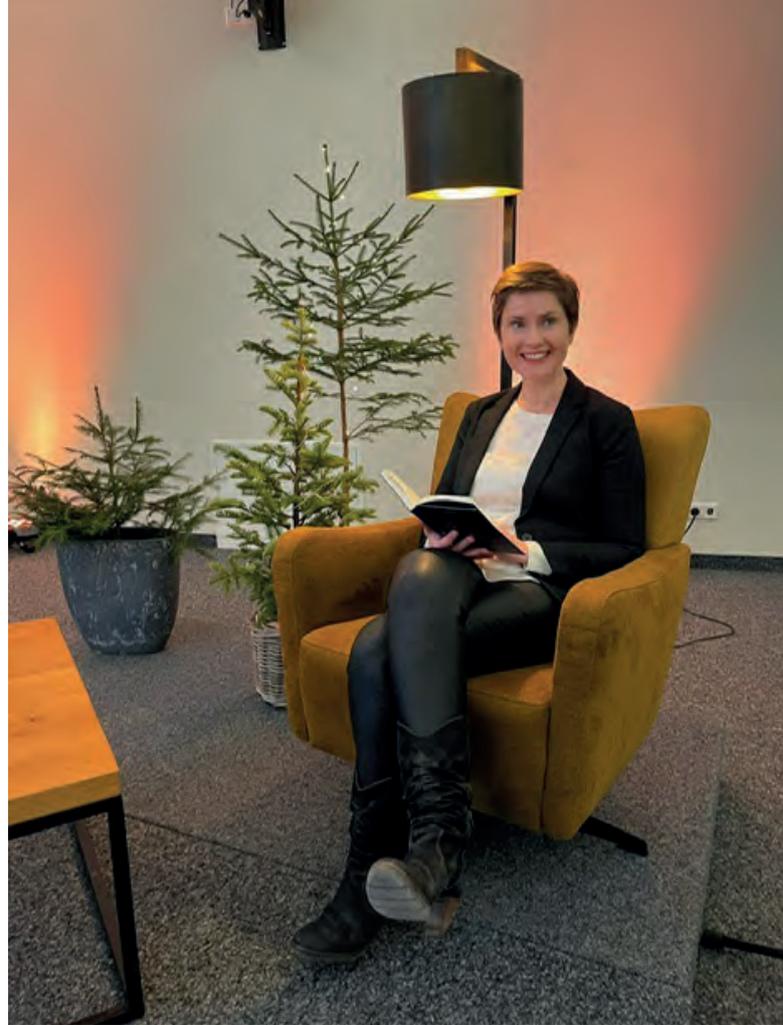
Dass etwas irgendwie anders war, merkte sie in der Grundschule daran, dass ihre Mitschülerinnen die Bänder bestaunten, die in ihre Zöpfe eingeflochten waren. Ihre Röcke und Kleidchen wurden ebenso bemerkt. Kinder merken intuitiv, ob sie als „gleich“ oder „fremd“ wahrgenommen werden. Als Kind ist es wichtig, „gleich“ zu sein, dazuzugehören. Selbst wenn man nicht diskriminiert oder ausgelacht wird, ist da doch das Gefühl, dass Zugehörigkeit fehlt. Schon früh dachte sie

darüber nach, was anders sei an ihrer Familie. Dass es die russlanddeutschen Wurzeln waren, und damit die Kultur, in der sie aufwuchs, merkte sie erst später.

Im Deutschunterricht wurde von ihrer Lehrerin das kreative Schreiben immer wieder gefördert. Dort begann sie mit dem Schreiben. Lange Zeit schrieb sie ausschließlich „für die Schublade.“ „Ich bin froh, dass es damals kein Instagram gab und meine ersten Schreibversuche bei mir geblieben sind.“

Für ihre Promotion untersuchte sie über 300 Texte von russlanddeutschen Mennoniten. In diesen Texten wird viel Leid geschildert. Seit 1918 gibt es im kollektiven Gedächtnis der Russlanddeutschen etwa alle drei bis fünf Jahre ein Ereignis, welches das Potential in sich trägt, traumatisierend zu sein. Die Revolution, marodierende Banden bis Ende 1920, Hungersnöte, die Entkulakisierung, das alles fand statt, bevor der zweite Weltkrieg und damit die Deportation der Deutschen aus den heutigen Gebieten der Ukraine nach Kasachstan begann. Diese Ereignisse werden in den untersuchten Texten sehr sachlich beschrieben. Es fehlen die Emotionen. Trauer hat keinen Raum.

Mit ihren Gedichten sucht Lilli Gebhard im Anschluss an die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit der Geschichte die Verbindung mit der Vergangenheit. „Gerade was schwierig war oder nicht aushaltbar, das wurde oft nicht erzählt. Und so sind es lückenhafte Wiedergaben, die ein wirkliches Verstehen eher erschweren als ermöglichen.“ Mit ihren Gedichten versucht sie, die Gefühle spürbar zu machen, die für die Generation der Kriegskinder und Kriegsenkel nicht sagbar waren. In der Auseinandersetzung mit der eigenen



ruslanddeutschen Geschichte, der deutschen Geschichte und anderen Geschichten von Flucht und Vertreibung wurde für sie sichtbar: Wir haben alle eine wechselvolle Geschichte und vielleicht sind die leidvollen Erfahrungen ja das, was uns miteinander verbindet. Vielleicht können wir gerade darin unser zutiefst menschliches Gemeinsames entdecken.

Durch die Gedichte kam sie in Kontakt mit Künstlerinnen, die sie ermutigten, diese Themen auch gestalterisch umzusetzen. Dabei beschäftigt sie immer wieder die Frage: „Was bleibt? Was bleibt von unseren Erlebnissen, von unserer Geschichte, was bleibt haften, was verändert sich im Laufe der Zeit?“ Sie malt und schreibt auf Leinwände und deckt die Farben immer wieder mit Steinstaub zu. Am Ende bearbeitet sie die Schichten mit Wasser und manchmal mit Bürsten. Durch Risse in oberen Schichten wird die darunter liegende Farbe sichtbar. So wird jedes Kunstwerk ein Unikat mit einer ganz eigenen Geschichte, wie auch wir Menschen es sind.

Auch in der Schule beschäftigt sie sich mit dem Werden und Geworden Sein in der Literatur. Sie unterrichtet Deutsch und Geschichte in der Oberstufe. Sie ist gerne Lehrerin: „In der Schule rede ich mit netten Menschen über Themen, die mich interessieren. Es ist eine schöne Art, seine Zeit zu verbringen.“

Einen Ausgleich findet sie im Garten, gerne mit den Händen in der Erde, oder mit einem Buch im Café. Abends im Garten die Rosen zu schneiden und die Vögel beim Abendkonzert singen zu hören, das ist einfach schön. Leider gibt es zu viele Bücher, die sie gerne lesen würde. Wenn man Bücher inhalieren könnte, das wäre etwas. Aber irgendwie sind Bücher ja auch wie guter Wein. Manchmal muss man ein Buch eine

Weile ruhen lassen, bis der richtige Moment gekommen ist, es zu lesen.

Mit der eigenen Familie ist Lilli Gebhard oft umgezogen. Nach einiger Zeit in Süddeutschland, zwei Jahren in Italien und in den USA, ist sie mit ihrer Familie nach Detmold zurückgekehrt. Hier ist sie einfach zuhause. Hier hofft sie, dass auch ihre Kinder Wurzeln finden können.

Für ihre Promotion und die Gedichte wurde ihr der Arnold-Dyck-Preis verliehen. Der Preis besteht darin, dass ein Buch gedruckt werden würde. Da Arnold Dyck ein Mundartdichter ist, der seine Texte in Plattdeutsch verfasst hat, sollte es auch etwas mit Plattdeutsch zu tun haben. Das Plattdeutsch





der russlanddeutschen Mennoniten ist eine internationale Sprache. Durch die Wanderungsbewegungen der Mennoniten wird sie heute in Süd- und Nordamerika sowie in Europa gesprochen. Viele der Russlanddeutschen in Lippe geben es auch heute noch an ihre Kinder weiter. Die Nähe zum lippischen Platt ist überraschend. „Ich erinnerte mich an eine Situation, die meine Tante erzählte. Sie saß mit meiner Oma im Garten und sie unterhielten sich auf Plattdeutsch. Im Nachbargarten wurde es etwas leiser. Die Nachbarn rutschten mit ihrer Gartenarbeit näher an sie heran. Irgendwann sagten sie: Wir können euch verstehen!“ Worüber wir zuerst lachten, das wurde zur Grundidee des Buches. Wie wäre es, wenn man diese Ähnlichkeit der Sprachen erfahrbar machte, nicht nur darüber redete, sondern es zeigte.“ Über den Heimatverein fand sie lippische Plattdeutsch-Schreiber. Sabine Schierholz und Werner Zahn machten direkt mit. Gemeinsam überlegten sie, was ihnen wichtig sei an ihrer Kultur, was sie gerne erzählen würden. In dem Buch „Plattdeutsche Begegnungen“ machen sie genau das. „Wir erzählen uns und den Lesern, wer wir sind, erzählen unsere Geschichte und was uns zu dem gemacht hat, die wir sind. Nicht als Einzelperson, sondern als Lipper und als Russlanddeutsche.“ Unterstützend sind in dem Sammelband viele Gedichte und Erzählungen aus dem jeweiligen Plattdeutsch, alles in alle drei Sprachen übersetzt: Lippisch Platt, Russlanddeutsches Platt und Hochdeutsch. Alle können es verstehen und in die Sprache des Anderen hineinschauen. „Ist es nicht faszinierend, dass wir eine so unterschiedliche Geschichte haben, und dennoch eine sehr ähnliche Sprache?“

Alle, die einen Einblick in die plattdeutschen Texte der Lipper und Russlanddeutschen bekommen möchten, sind herzlich zu einer Lesung am 22.4.24 um 18:00 Uhr in der VHS in Detmold eingeladen.

Jedes Leben ist eine Insel
Mit eigener Geschichte
Einzigartigen Wendungen
Von Wasser umgeben

Doch wenn wir uns erzählten
Könnten Verbindungen entstehen

Wir könnten Inseln
Miteinander verbinden
Querstraßen bauen
Brücken von unterschiedlichen
Seiten ausgehend
Hin und wieder zurück

Es könnte eine Stadt werden
Auf dem Wasser

Doch
Brücken müssen gebaut
Verbindungen gesucht
Verstehen gewollt werden

*Auszug aus: Wie Schatten werden.
Gedichte, Manuela Kinzel Verlag 2021, S. 75*

Neu eröffnet in Detmold!

www.residenz-werreterrassen.de

RESIDENZ WERRE TERRASSEN

Ihre Adresse für junges Wohnen im Alter

- 67 neue, barrierefreie & zentrumsnahe Komfort-Wohnungen
- hohe Energieeffizienz (KfW 40+), Fernwärme, Photovoltaikanlage
- Aufzug, Glasfaser, Tiefgarage, E-Ladesäulen
- bereits viele nette Bewohner in einer tollen Gemeinschaft
- vielfältige Gemeinschaftsangebote und ein großer, moderner Gemeinschaftsraum (auch für private Feiern)
- Tagespflege und ambulante Pflegeangebote im Haus
- langfristige Vermietung durch die Wortmann Stiftung

Vereinbaren Sie gerne eine Besichtigung:

Desirée Klein-Avink
T: +49 5231 605 237

E-Mail: desiree.klein-avink@wortmann-family-office.com

 **WORTMANN**
STIFTUNG

Ein fester Termin für alle Musikinteressierten sind die Landshuter Hofmusiktage vom 2. bis 9. Juni 2024. Das Internationale Festival Alter Musik bietet die Möglichkeit, Musik aus Mittelalter, Renaissance und Barock in Räumen aus der Entstehungszeit zu erleben: Infos unter www.landshuter-hofmusiktage.de.



Foto: djf-k/landshuter-Hofmusiktage/Comet Alliance

KUNST UND KULTUR ERLEBEN

Südwestlich von Nürnberg liegt an der Romantischen Straße eine Stadt voller Geschichte, Kunst und Festlichkeiten: Feuchtwangen, bekannt als Festspielstadt und für den Marktplatz, genannt „Festsaal Frankens“. Infos gibt es unter www.tourismus-feuchtwangen.de.



Foto: djf-k/Feuchtwangen/Thomas Linkel



Foto: djf-k/Stadt Karlstadt/Jürgen Müller

Kulturelle Vielfalt, die einen aber nicht wie in der Großstadt „erschlägt“: Das malerische Karlstadt, 25 Kilometer nördlich von Würzburg inmitten des Fränkischen Weinlands gelegen, ist auch wegen seines kulturellen Lebens eine Reise wert: www.karlstadt.de.

Die Ottobeurer Konzerte sind für Liebhaber hochkarätiger klassischer Musik ein fester Termin im sommerlichen Veranstaltungskalender. Im barocken Klangraum der Klosterbasilika gastieren im Juni, Juli und September 2024 wieder Spitzenensembles und international bekannte Dirigenten. Vladimir Jurowski (Bild) leitet als Chefdirigent das Rundfunk-Sinfonieorchester Berlin beim ersten Ottobeurer Basilikakonzert 2024. Informationen gibt es unter www.ottobeuren.de.



Foto: djf-k/Ti Feuchtwangen/Andreas Strunz

Der Ansbacher Hofastronom Simon Marius entdeckte die Jupitermonde gleichzeitig und völlig unabhängig von Galileo Galilei. Zu seinem 400. Todestag wird ein großes Jubiläumsjahr gefeiert. Zu erleben sind Ausstellungen über die Astronomie früher und heute, Konzerte, Lesungen und eine Kindererlebnisführung als poetische Reise zu den Sternen. Das Programm gibt es unter www.tourismus-ansbach.de.



Fotos: djf-k/Ottobeuren/Walter Engel/Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren/Peter Meisel



Foto: djf-k/Stadt Ansbach/Florian Trykowski

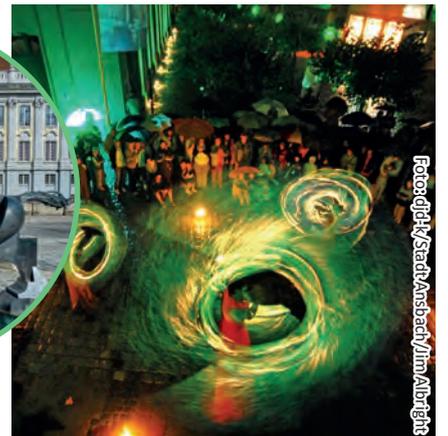


Foto: djf-k/Stadt Ansbach/Im Althoff



Deutschlands erster Lifestylesender rund ums Renovieren und Gestalten

(djd). Wohl kaum etwas verändert die eigenen vier Wände so nachhaltig wie frische Farbtöne. Neue Lieblingsteine für die Wände etwa verleihen dem Zuhause im Handumdrehen eine vollkommen neue Ausstrahlung. Farben können Energie schenken, motivierend wirken oder die hier wohnenden Menschen zur Ruhe bringen – und in jedem Fall das Leben schöner machen. Dafür braucht es lediglich die passenden Inspirationen rund um neue Trends und den passenden Malerprofi.

Inspirationen

Experten wie beispielsweise Interior Designer Eric Schroth, bekannt aus der VOX-Sendung "Die Dekoprofis", berichten im Brillux Radio, wie sie Kundenwünsche umsetzen und liefern dabei jede Menge Inspirationen – immer am Puls der Zeit und passend zum Sendermotto "Colour your life". Anders als beispielsweise im Interior-begeisterten Großbritannien, wo entsprechende Broadcasting-Formate lange Tradition haben und weit verbreitet sind, gab es hierzulande bis 2022 keinen bundesweiten Radiosender mit dem Schwerpunkt Wohnen. Das hat sich geändert, denn seit Mai 2022 informiert das bundesweit empfangbare und komplett werbefreie Programm umfassend rund ums professionelle Renovieren und Gestalten. Mit viel Sachverstand wird gezeigt, was Fachbetriebe alles möglich machen können. Zu Wort kommen Fachleute genauso wie Bauherren mit ihren Erfahrungen.

Impulse für mehr Lebensfreude

Auch bei der Musik haben die Sendepianer ein Highlight gesetzt: An jedem Samstagabend von 20 bis 23 Uhr machen die „Brillux Beats“ mit Woody van Eyden Lust aufs Wochenende. Darüber hinaus liegt der Schwerpunkt musikalisch bei beliebter Chartmusik von aktuellen Titeln bis zurück in die 1980er-Jahre und auf Neuentdeckungen der Redaktion. Zu empfangen ist der Lifestylesender mit jedem Gerät, das für DAB+ geeignet ist, oder per App. Unter www.brillux.radio etwa gibt es Inspiration rund ums Renovieren und Gestalten zum Nachhören und die Möglichkeit, live einzuschalten. Zusätzlich zu den Kernthemen wird über aktuelle Lifestylereports und inspirierende Kulturthemen berichtet, von außergewöhnlicher Architektur bis hin zur kreativen Entstehungsgeschichte von großen Pophits. Weltnachrichten und das Deutschlandwetter runden das redaktionelle Vollprogramm ab.



Barrierefrei durchs Leben!



Wir von Badkomfort Lippe sind Spezialisten im Bereich der Bad-Teilsanierung.

Unsere Kernkompetenz ist die **barrierearme Umgestaltung** des Bades innerhalb nur eines Tages.

Bei Pflegestufe bis zu 4000€ Bezuschussung!



Badkomfort Lippe
Martens u. Hannig GbR
Elisabethstr. 16
32756 Detmold

Tel.: 05231 3028705
Mobil: 0152 288 196 97
info@badkomfort-lippe.de
www.badkomfort-lippe.de



Be
Brilliant™

Wenn aufladbar unsichtbar wird

Die kleinsten wiederaufladbaren Hörgeräte der Welt.



**Silk Charge&Go IX jetzt bei
Hörgeräte Baschlebe erleben!**

**Termin bei uns in Detmold oder Lemgo
einfach online vereinbaren: www.baschlebe.de**

Hörgeräte Baschlebe GmbH · Geschäftsführung: Astrid Baschlebe, Carsten Baschlebe
Hauptgeschäft: Mittelstraße 22 · 32657 Lemgo · Tel.: 05261/4384



Schöne Worte und nix verkauft?

Warum Werbung manchmal das Ziel verfehlt.

Ein Beitrag von Matthias Teurine
Unternehmer. Innovationsmanager. Speaker.

„Man kann nicht nicht kommunizieren.“
– Paul Watzlawick.

Diese Weisheit gilt besonders in der Welt der Werbung. Doch was, wenn die Botschaft, die wir zu kommunizieren glauben, bei unserer Zielgruppe ganz anders ankommt? Ein falsch verstandenes Wort, ein missdeutetes Bild, und schon verwandelt sich unsere sorgfältig konzipierte Kampagne in einen Bumerang. Hier tauchen wir ein in die faszinierende Welt der Werbeaussagen, die nicht das bewirken, was sie sollten, und erkunden, wie wir die Gräben zwischen Absicht und Wahrnehmung überbrücken können.

Die Gefahr der Fehlinterpretation

Im Kern jedes Marketingfehlers liegt eine Diskrepanz zwischen der Intention des Werbetreibenden und der Interpretation durch das Publikum. Eine Werbeaussage kann aus verschiedenen Gründen fehlinterpretiert werden – sei es wegen kultureller Unterschiede, unklarer Botschaften oder einfach, weil der Humor nicht zündet. Die Auswirkungen? Von einer leichten Verwirrung bis hin zum vollständigen Markenboykott.

Handwerkliche Fehler und wie man sie vermeidet

Oft sind unklare Botschaften das eigentliche Problem. Die Werbebotschaft ist so vage oder kompliziert, dass der Konsument ratlos zurückbleibt, oder vielleicht sogar etwas völlig anderes versteht.

So fand man zum Beispiel heraus, dass ein Großteil der Kunden der Parfümerie Douglas den Werbeslogan „Come in and find out“ als „Komm rein und finde wieder raus übersetzten“.

Die Lösung für solche Probleme besteht in der Einfachheit. Eine klare, direkte Botschaft, die auf den Punkt kommt, ist Gold wert. Und manchmal hilft es, einfach in der Sprache zu bleiben, die die Zielgruppe auch sicher beherrscht.

Auch Ignoranz oder fehlendes Wissen über kulturelle Unterschiede wird schnell zur Falle. Was in einem Land funktioniert, kann anderswo ins Leere laufen oder gar beleidigend sein. Dazu muss es nicht immer das ferne Ausland sein, sondern auch regionale Unterschiede können entscheidende Auswirkungen haben. München und Hamburg ticken einfach anders, und Düsseldorfer Altbier sollte man nicht mit einem Hintergrundbild des Kölner Doms bewerben, es sei denn, man will ganz bewusst provozieren und beherrscht die dazu nötigen Instrumente. Kulturelle Recherche und Anpassung der Inhalte an lokale Gegebenheiten schafft Identifikation.

Wenn man seine Zielgruppe nicht kennt, oder ihre Denkweise nicht versteht, kommt es schnell zu inhaltlich vielleicht richtigen, aber doch völlig falschen Zielgruppenansprache. Wenn die Werbung eine Sprache nutzt, die die Zielgruppe nicht versteht oder gar ablehnt, schafft man keine „Fans“, sondern schlimmstenfalls „Hater“.

Also kenne deine Zielgruppe. Altersgruppe, Interessen und Lebensstil sind dabei nur einige Faktoren, die berücksichtigt werden müssen.



Teutrine
Medien & Consulting

Das Design muss der Botschaft folgen

Wenn Werbung so kreativ ist, dass die eigentliche Botschaft untergeht, dann ist sie vielleicht schön, aber leider trotzdem wirkungslos. Überfrachtungen lenken nur ab. Besonders beliebter Fehler ist fehlendes Farbverständnis. Welche Farbe wirkt wie auf unser Unterbewusstsein? Und haben Sie schon mal berücksichtigt, dass fast 10% der Bevölkerung eine Rot-Grün-Schwäche haben, und dass dieser Anteil mit zunehmendem Alter größer wird? Kreativität ja, aber nicht auf Kosten der Klarheit.

Beispiele, wo es schiefging

Eine Spielzeugkette wollte mit einer Weihnachtskampagne „das verloren gegangene Spielzeug“ bewerben. Die Idee war, dass Kinder ihre Wunschzettel einreichen und „verlorene“ Spielzeuge wiederfinden. Stattdessen dachten viele Eltern, die Kette habe tatsächlich Spielzeug verloren, was zu Verwirrung und Frustration führte.

Der sprachliche Fehltritt einer bekannte Automarke brachte ein neues Auto mit einem Namen auf den Markt, der in einer Sprache „Pech“ bedeutete. In Ländern, in denen diese Sprache gesprochen wurde, musste die Marke schnell umdenken und den Namen ändern.

Der Werbe-Super-Gau

Als Ford den Pinto in den 1970er Jahren in Brasilien auf den Markt brachte, war man sich nicht bewusst, dass „Pinto“ im brasilianischen Portugiesisch eine umgangssprachliche Bezeichnung für männliche Genitalien ist. Die mangelnde Berücksichtigung lokaler Sprachnuancen führte hier dazu, dass die Werbekampagne nicht nur ineffektiv war, sondern auch Spott und Peinlichkeit über die Marke brachte. Ford sah sich letztendlich gezwungen, den Namen des Autos für den brasilianischen Markt zu ändern.

Die Kunst, eine effektive Werbebotschaft zu kreieren, liegt darin, die Sprache der Zielgruppe zu sprechen, ihre kulturellen und sozialen Kontexte zu verstehen und dabei klare, einfache Botschaften zu vermitteln. Wie Paul Watzlawick sagte: Man kann nicht nicht kommunizieren. Doch wir können sicherstellen, dass unsere Kommunikation das bewirkt, was wir beabsichtigen – indem wir unsere Hausaufgaben machen, zuhören und lernen.

Und zum Abschluss ein freundlicher Rat:
„Werbung ist nur dann gut, wenn sie wie ein guter Freund spricht – verständlich, ehrlich und manchmal mit einem Augenzwinkern.“



Teutrine Medien & Consulting

Matthias Teutrine
Unternehmer. Innovationsmanager. Speaker.
Tel. 05231-927070

www.teutrine.de

Wir beraten Familienunternehmen!
Weil sie nicht nur
bis zum nächsten Quartal,
sondern auch für die
nächste Generation denken.



Ideengeber & Mentoren

Ganzheitliches Marketing
Innovationsmanagement
Unternehmensidentität
Digitale Kommunikation
Social Media Guidelines
Datenschutz

Gemeinsam doppelt so gut!

☎ 05231.927070 • www.teutrine.de



Staatlich festgelegte Rechtsfolgen oder selbstbestimmte Vorsorge?

Egal, wie alt du bist; egal, ob Workaholic, Extremsportler, Couchpirat, Weltenbummler oder Familienmensch; egal, was dich glücklich macht: Wir alle sind durch Unfälle oder Erkrankungen immer einem gewissen Risiko ausgesetzt, irgendwann nicht mehr für uns selbst sorgen oder medizinische Entscheidungen treffen zu können.

Weißt du, wer für dich handeln kann, wenn du mal aus irgendeinem Grund nicht handlungsfähig bist? Zum Beispiel wegen örtlicher Abwesenheit, Überforderung oder im Krankheitsfall? Hast du festgelegt, wie du behandelt werden willst, solltest du dich in einer medizinisch ausweglosen Situation befinden, in der es keine Hoffnung auf Besserung des Zustandes mehr gibt, und in der du selbst nicht mehr entscheidungsfähig bist? Wer sich um deine minderjährigen Kinder kümmern soll, wenn dir oder sogar dir und deinem Partner etwas gemeinsam passiert? Wer erbt, wenn du verstirbst und ob diese Erbfolge wirklich so sinnvoll ist?

Vorsorgevollmacht

Mit einer (Vorsorge-)Vollmacht stellst du sicher, dass deine Vertrauenspersonen schnell und unbürokratisch für dich handeln können. Der Gesetzgeber sieht kein generelles Angehörigenvertretungsrecht vor (einzige Ausnahme: das seit dem 01.01.2023 geltende Ehegattennotvertretungsrecht: dieses gilt für Ehegatten und eingetragene Lebenspartner, ist aber zeitlich begrenzt, gilt auch nur und ausschließlich für den medizinischen Bereich, und ist damit nichts, auf das man sich verlassen sollte!), und das bedeutet, dass niemand automatisch aufgrund der Familienzugehörigkeit oder der Eigenschaft als Ehepartner vollumfänglich für dich handeln kann. Wenn du willst, dass dich eine oder mehrere Personen in gewissen Situationen vertreten können, dann musst du diesen eine Vollmacht erteilen - so sieht es der Gesetzgeber vor. Eine solche Vollmacht kann sehr individuell gestaltet und sollte immer durch eine Innenverhältnisregelung (also einer Regelung des Rechtsverhältnisses zwischen Vollmachtgeber und Bevollmächtigten) ergänzt werden. Vorsicht bei Vordrucken aus dem Internet! Eine solche Vollmacht ist ein sehr weitreichendes Dokument, und man sollte darauf achten, dass man selbst genau versteht, was man tut, und dass die Dokumente im Notfall auch einwandfrei funktionieren und alle Formvorschriften eingehalten werden. Entscheidest du dich gegen die Erstellung einer Vollmacht und der Vorsorgefall tritt ein, so setzt ein Gericht einen Betreuer für dich ein. Dabei handelt es sich meist um eine dir völlig fremde Person, die du nicht kennst und die dich nicht kennt. Du entscheidest: selbstbestimmte Vorsorge oder staatlich bestimmte Betreuung!

Patientenverfügung

Eine sinnvolle Ergänzung zur Vollmacht ist die Patientenverfügung. Denn in Deutschland gilt der absolute Lebensschutz, und das bedeutet, dass Ärzte und sonstige Behandler verpflichtet sind, dein Leben so lange wie irgendwie möglich künstlich zu verlängern. Und zwar auch, wenn eine Lebensverlängerung nur noch Leidensverlängerung bedeutet. Mit einer Patientenverfügung legst du fest, ob und wie du in einer medizinisch aussichtslosen Situation behandelt werden willst. Das beinhaltet dann bestenfalls nicht nur die Entscheidung über lebenserhaltende/lebensverlängernde Maßnahmen, sondern auch Regelungen zu dem Thema Organspende, Palliativbehandlung, Beistandswünsche im Sterbeprozess, Hinweise zu Vorerkrankungen oder Hinweise zu bevorzugten Orten für die Sterbebegleitung. So eine Patientenverfügung ist eine große Entlastung für deine Vertrauenspersonen in einer ohnehin schon schwer belastenden Situation, denn so wissen sie, was du in einer solchen Situation gewollt hättest und müssen nicht „raten“! Außerdem eignen sich Patientenverfügungen auch dazu, Familienkonflikte bei unterschiedlichen Meinungen zu Lebensverlängerung, Organspende und Co. zu verhindern!

Testament

Ob ein Testament für dich sinnvoll ist, hängt von verschiedenen Faktoren ab. Zunächst sollte dir klar sein, was es bedeutet, wenn du kein Testament erstellst: Es gilt dann die gesetzliche

Erbfolge. Wie diese in deinem persönlichen Fall aussieht, hängt damit zusammen, ob du verheiratet bist, ob du Kinder hast und wenn ja, wie viele. Es gibt Fälle, da ist diese gesetzliche Erbfolge dann völlig in Ordnung. Problematisch wird es aber spätestens, wenn man zum Beispiel über Immobilieneigentum verfügt, minderjährige Kinder hat, ohne Trauschein in einer langfristigen Beziehung lebt, man geschieden ist, Pflegekinder hat, ein pflegebedürftiges Kind hat oder eine Patchwork-Konstellation vorliegt.

Oftmals macht es in der klassischen Familiensituation unter Umständen durchaus Sinn, darüber nachzudenken, den jeweils länger lebenden Ehegatten wechselseitig zunächst im Rahmen eines Ehegattentestamentes als Voll- oder Vorerben einzusetzen. Aber auch hier sollten steuerliche Aspekte immer im Auge behalten werden, sodass Steuerfreibeträge bestmöglich ausgenutzt werden. Eine fachkundige Beratung ist in diesem Bereich unerlässlich!

Sorgerechtsverfügung & Sorgerechtsvollmacht

Im Rahmen einer Testamentserstellung sollten Eltern minderjähriger Kinder zusätzlich unbedingt an die Erstellung einer Sorgerechtsverfügung und Sorgerechtsvollmacht denken. Mit einer solchen können Eltern festlegen, wer als Vormund bestellt werden soll, wenn sie beide einmal selbst vorübergehend (z. B. wegen Krankheit) oder dauerhaft (Tod) nicht in der Lage sind, das Sorgerecht auszuüben. Ehepartner können diese Verfügung gemeinsam erstellen, unverheiratete oder geschiedene Eltern müssen die Verfügung einzeln verfassen; es gilt dann immer die Verfügung des Längerlebenden.

recht-zeitig-vorsorgen

Mein Name ist Mara Kaltenborn, ich bin Rechtsanwältin, Vorsorgeexpertin und spezialisiert auf das Erbrecht. Mein Team und ich unterstützen dich deutschlandweit bei der Umsetzung deiner persönlichen und individuell zugeschnittenen Notfallvorsorge. Nach entsprechender ausführlicher Beratung und Aufklärung (online via Videokonferenz oder vor Ort) erstellen wir deine ganz individuellen Vorsorgedokumente und lassen sie dir in einem gut erkennbaren (knallroten) Notfallordner zukommen. So sind die Dokumente im Notfall schnell auffindbar und nicht zu übersehen.

Wenn du das Thema Notfallvorsorge endlich angehen und abschließen möchtest, dann melde dich gern bei uns per E-Mail! Und egal, ob mit uns oder dem Anwalt oder Notar deines Vertrauens an deiner Seite: pack das Thema an und lass dich dabei professionell begleiten. Für dich, deine Familie und deine Vertrauenspersonen!



Rechtsanwältin Mara Kaltenborn

Rampendal 3, 32657 Lemgo

Tel.: 05261 9412187

Mobil: 0151 23581 461

www.recht-zeitig-vorsorgen.de



Greve
LUXURY CARE®

Urlaub statt
Kurzzeitpflege
ab Pflegegrad 1

www.luxurycare.de

Greve Luxury Care • Lagesche Straße 13 • 32657 Lemgo
Tel.: 0 52 61 / 66 66 945 oder greve@luxurycare.de



Kuehner Wohnen

Wir bringen frischen Wind in Ihre Räume.

Polsterei

Licht-, Sicht-, und Sonnenschutz

Dekoration und Wandgestaltung

Bodenbeläge

Ihr Raumausstattermeister
Carsten Kuehn
Pagenhelle 55 | 32657 Lemgo
Tel. 0 52 61 - 280 95 23

www.kuehner-wohnen.de



Sandra Warachewicz setzt sich für andere ein und liebt das Ehrenamt

Die 52-jährige, in Schlangen geborene und nach wie vor dort lebende Sandra Warachewicz ist ein besonderer Typ Mensch. Nämlich einer, der sich fast sein ganzes Berufs- und Privatleben lang freiwillig und ehrenamtlich für andere engagiert, sich für sie ins Zeug legt und ihnen hilft, dass ihre Interessen und Wünsche auf genügend Gehör und Aufmerksamkeit stoßen.

Das lippische Urgewächs (geborene Klöpping), wie sie sich selbst gerne bezeichnet („aus Lippe bringen mich keine zehn Pferde weg“), ist in wohlbehüteten Verhältnissen aufgewachsen und hat in Lippe ihre Schulzeit, ihre Berufsausbildung und ihre gesamte berufliche Laufbahn verbracht. Ohne Unterbrechungen, und das bis heute.

„Lippe ist nun mal meine Scholle. Woanders hinzugehen, und sei es nur für ein paar Monate oder schlimmstenfalls auch Jahre, kam mir nie in den Sinn. In Lippe habe ich meine Familie, meine Freunde, meine Kollegen, meine Sicherheit. Wohnen kann man überall, Leben nur in Lippe. Lippe ist mein Lebensanker, und wenn das Boot ein wenig kreist, dann immer nur um diesen Anker herum. Ein Leben außerhalb Lippes ist für mich unvorstellbar“, so Sandra Warachewicz.

Lippe war und ist ihre Burg, hinter deren Mauern sie sich sicher, aufgehoben und geborgen fühlt. Viermal im Jahr allerdings verließ sie gemeinsam mit ihrer Schwester und ihren Eltern in ihrer Kindheit die lippische Veste, um die gemeinsamen Urlaube in Italien zu verbringen. Dann ging es an den Gardasee, genauer genommen nach Lazise. „Dieser lebendige Ort am südöstlichen Gardasee hat uns immer fasziniert und supergut gefallen. Die engen Gassen, die vielen kleinen Plätze, das schmale Hafenbecken, die belebte Uferpromenade, die von Zinnen gekrönte Stadtmauer und die mächtige Skalierburg – einfach großartig. Da wir dort über Jahre hinweg immer wieder mehrmals im Jahr mit dem Wohnwagen dort hingefahren sind, fühlte ich mich dort so pudelwohl wie in meiner lippischen Heimat“, meint Sandra. Einmal allerdings ist der Urlaub in Italien für sie ausgefallen – mit weitreichenden Konsequenzen.



Ausbildung im medizinischen Zentrum für Gesundheit

Kurz vor Beginn der Osterferien – sie war zu diesem Zeitpunkt 18 Jahre alt und besuchte gerade die Höhere Handelsschule – entdeckte ihr Vater eine Annonce in der Zeitung. Das MZG, Medizinisches Zentrum für Gesundheit in Bad Lippspringe, suchte eine Arzthelferin. Verbunden war diese Anzeige mit der Möglichkeit, ein 3-wöchiges, unentgeltliches Praktikum zu absolvieren.

„Anstelle von Urlaub am Gardasee kam mein Vater auf die verrückte Idee, mich auf die Anzeige hin zu bewerben. Aus heutiger Sicht, das Beste, was mein Vater damals für mich machen konnte, ich bin ihm aus heutiger Sicht total dankbar. Ich habe mich damals in Bad Lippspringe vorgestellt und bin auch sofort angenommen worden. In den drei Wochen Praktikum habe ich so viel kennen und lieben gelernt, dass ich mich entschlossen habe, mich zur Arzthelferin ausbilden zu lassen. Am Gardasee war ich dann nie wieder. Diese Ausbildung habe ich am MZG auch erfolgreich absolviert und arbeite seit 34 Jahren dort. „Ihr wollt mein altes Bewerbungsfoto? Klar das habe ich noch! Suche ich euch raus“... lacht sie.

„Der damalige Chefarzt suchte eine Sekretärin und irgendwie fand er mich und meine Art passend dafür. Wohl auch, weil ich ihm im Praktikum aufgefallen bin, oder weil ich die Höhere Handelsschule besucht habe. Ich habe zugesagt und seitdem arbeite ich dort in verschiedenen Funktionen. Hauptberuflich arbeite ich derzeit als Sachbearbeiterin des MZG.“

Ehrenamtliche Betriebsrätin

Schon während ihrer Ausbildung zur Arzthelferin war sie in der Jugend- und Auszubildendenvertretung, später wurde sie direkt in den Betriebsrat gewählt. „33 Jahre bin ich Mitglied des Betriebsrates. Erst als Jugendvertreterin, dann als ordentliches Mitglied, später als stellvertretende Vorsitzende und dann auch als Vorsitzende des Betriebsrats.“

Und wie kam es dazu?

„Eines Tages“, so erinnert sie sich, „hat mich eine Kollegin darauf angesprochen. Sie sah in mir Mut, Durchsetzungsfähigkeit und eine starke Frau mit frischen Ideen. Abgesehen davon war ich immer schon ein sozial ausgerichteter Mensch, der anderen gerne hilft, wenn diese sich nicht selbst helfen können. Manche trauen sich ja nicht, den Mund aufzumachen, wenn Ihnen was nicht passt oder sie sich ungerecht behandelt fühlen. Mich ihrer Belange anzunehmen, dafür zu sorgen, dass ihre Anregungen aufgenommen und sie nicht benachteiligt werden, war und ist mir ein großes Anliegen. Denn wenn ich etwas überhaupt nicht ausstehen kann, dann ist es Ungerechtigkeit. Wenn Jemand zum Beispiel Dinge unterstellt werden, die nicht der Tatsache entsprechen. Da bin ich sehr ungehalten. In meinen verschiedenen Positionen innerhalb des Betriebsrates sah ich mich immer als eine Art Moderatorin, eine Lotsin, die zwischen den Parteien vermittelt, um zu einem gegenseitigen Einverständnis zu



Damals und heute: Sandra Warachewicz engagiert sich seit über drei Jahrzehnten für die Belange ihrer Kollegen.





kommen. Ich habe zugehört und mit meiner Stimme für sie gesprochen, das Amt im Betriebsrat werde ich nie aufgeben wollen. Ebenso vermischt sich da mein anderes Amt in der Schwerbehindertenvertretung, wo ich auch Mitarbeitenden helfen kann ihre Belange durchzusetzen.“ Das ist so eine tolle Arbeit.

Ehrenamtliche Patientenfürsprecherin

Zuhören, für andere da sein, sich um seine Mitmenschen kümmern und ihnen Gehör und Stimme verleihen – das sind auch die bewegenden Gründe für Sandra Warachewicz gewesen, neben ihrer hauptberuflichen Arbeit am MZG als ehrenamtliche Patientenfürsprecherin des Klinikums Lemgo und der Kinder- und Jugendpsychiatrie Bad Salzuflen zu arbeiten. Vom Kreistag Detmold dazu ernannt. Die unabhängige Beschwerdestelle für Patienten ist im § 5 des Krankenhausgestaltungsgesetzes NRW verankert „und ist besonders wichtig für vulnerable Gruppen, also für Kinder, Jugendliche und Senioren, die keine Unterstützung aus ihrem familiären oder sozialen Umfeld haben. Ihre Anregungen, Bitten und Beschwerden aufzunehmen und an die Krankenhausleitung, den Krankenhausträger oder sonstige Institutionen oder Behörden weiterzugeben, bedeutet für diese eher „stimmlosen“ Patientinnen und Patienten eine enorme Hilfe, denn manche von ihnen wären sonst dem Krankenhaussystem hilflos ausgeliefert.“

Auch als Patientenfürsprecherin sieht sich Sandra als Lotse, der durch faktisch vorhandene oder emotional empfundene Untiefen leiten kann. „Jede Patientin und jeder Patient, egal welchen Alters und Krankheitsbefundes, hat sein eigenes Problem. Mal geht es um Kleinigkeiten, mal um sehr ernsthafte Vorkommnisse. Es lässt sich kein Katalog festmachen. Oft sind es Missverständnisse, die durch Kommunikation lösbar sind. Aber fast immer empfinden diese Menschen ihr Problem als groß und belastend, auch wenn es manchmal nur kleine Hürden sind, die bewältigt werden müssen“, erläutert Sandra.

Viele Patientenbelange erreichen sie via Brief, E-Mail, in Sprechstunden vor Ort in den Kliniken oder über ihr eigens von der Klinikleitung zur Verfügung gestellten Dienst-Handys. Aber auch ihre „Kummerkästen“ in beiden Kliniken sind gut gefüllt mit Nöten und Ängsten der Patienten. „Am Anfang war es eine beeindruckende Zeit für mich, besonders als Fürsprecherin der Kinder und Jugendlichen der Psychiatrie Bad Salzuflen“, erinnert sich Sandra. „Die Kinder sind dort stark angeschlagen, sind dort oft monatelang untergebracht. Anfangs haben mich deren Krankheitsbilder wie zum Beispiel Angst und Zwangsstörungen, stressbedingte Störungen, Anpassungsstörungen, Impulskontrollstörungen, Störungen der Stimmung oder Psychosen und Schizophrenien belastet. Heute brenne ich dafür, für sie da sein zu können, ihnen zuzuhören und für sie sprechen zu können. Die Klinik verfügt nicht nur über eine große Fachkompetenz in der Behandlung derartiger Erkrankungen, sondern strahlt auch eine große Wärme und Herzlichkeit aus.“ Ich erhalte viel Wertschätzung und Anerkennung, auch wenn es manchmal Themen sind, die mit Trauer, Wut, Emotionen und Tod überschattet werden.

Zuhören, Ängste und Nöte erkennen, Lösungen finden. Ich vermittele als unabhängige Person zwischen zwei Parteien. In persönlichen Gesprächen oder am Telefon. „In vielen Fällen kann ich dazu beitragen, Probleme zu lösen. Aber nicht in allen Fällen. Meine Möglichkeiten der Hilfestellung sind begrenzt und gerade in der psychologischen Gesprächsführung bin ich nicht geschult und ausgebildet. Es wäre eine Anmaßung, derartige Gespräche zu führen. Dafür gibt es andere Stellen, an die ich dann weiterleite. Man muss seine eigenen Grenzen kennen.“

Ehrenamtliches, politisches Engagement

Ich schenke dir Gehör. Ich bin deine Stimme. Ich bin deine Stimme in der Politik, im Betriebsrat, in der Klinik. In der Lokalpolitik ist die Stimme von Sandra Warachewicz ebenfalls zu hören. Als ehrenamtliche Richterin am Sozialgericht, als Mitglied der AfA (Arbeitsgemeinschaft für Arbeitnehmerfragen) Detmold, als vom Kreis Lippe ausgebildete „Schwarz/Weiß-Bunt Trainerin“ in der Präventionsarbeit gegen Rechtsextremismus, als engagierte Bürgerin und Mitglied der SPD in verschiedenen, ehrenamtlichen Funktionen.

So ist sie beispielsweise Ratsfrau der Gemeinde Schlangen und im Kreistag in Detmold engagiert tätig. Auch die Ortsvereinsvorsitzende der SPD-Schlangen. Die Vorsitzende der Arbeitsgemeinschaft Sozialdemokratischer Frauen, der SPD-Frauen Lippe und besonderes Augenmerk legt sie bei ihrer Arbeit auf die Themen Jugendhilfe, Kindergärten, Schulen, Freibäder, Gesundheit, Freibad und Breitensport. Besonders viel bedeutet ihr auch eine gute und flächendeckende Gesundheitsversorgung für den Kreis Lippe. Aktuell erhält sie die Möglichkeit im Bundesministerium für Gesundheit ihre Belange persönlich anzusprechen, ein Termin wird hierfür gerade vereinbart.

Doch wie schafft sie es, neben ihrem Hauptberuf insgesamt 11 ehrenamtliche Tätigkeiten auf medizinisch-sozialer und politischer Ebene auszuüben? Wie schafft sie das körperlich und wie verbindet sie ihr Engagement mit Haus, Mann und Sohn?

Mein wichtiger fundamentaler Parameter ist die Zufriedenheit in meiner beruflichen Tätigkeit. Der Hauptjob steht für mich in erster Linie über alles anderem. Wenn es mir hier gut geht, kann ich ein zufriedenes, gutes Leben führen und mich in der Freizeit weiter engagieren. Ich weiß aber genau, wo ich meine Brötchen verdiene und das steht für mich an erster Stelle.

Aber ich brauche auch die andere Seite, mein Engagement für Menschen, für deren Wünsche und Hoffnungen, Nöte und Ängste. Auf medizinischer, sozialer und lokalpolitischer Ebene. Hier wichtige Beiträge leisten zu können, unbequeme Dinge anzusprechen und weiterzubringen, sie gegebenenfalls besser als vorher mitgestalten zu können – das erfüllt mich mit viel Glück, selbst wenn es zuweilen anstrengend ist und hier und da auch leider zu Lasten unseres Familienlebens führen kann.



Ich nutze hier gerne die Gelegenheit, um mich bei meinem Mann und Sohn zu bedanken, dass sie dieses so mittragen. Leider steht bei uns nicht, wie in anderen Familien hoffentlich so üblich, jeden Abend ein gemeinsames Abendessen auf dem Programm. Das ist leider etwas, was bei uns nicht funktioniert und das empfinde ich als das Schlimmste an meinem Alltag. Ein gemeinsames Zusammenkommen abends ist unmöglich geworden, da wir alle drei Familienmitglieder nach der Arbeit noch im Ehrenamt tätig sind. Selbst in diese Jahr Weihnachten, bedingt durch die extreme Hochwasserlage (mein Sohn ist bei der freiwilligen Feuerwehr tätig) haben wir den Raclette Grill hingestellt – und keine Chance gehabt, gemeinsam zu essen. Zuhause ist immer eine Person, nur eben selten alle gemeinsam.“ Dann entspannt sich das Gesicht von Frau Warachewicz und sie lacht im Interview, „aber dafür gibt es ja den Thermomix, der uns das Leben erleichtert“...ändern möchten wir drei das alle nicht. Uns ist der ehrenamtliche und sportliche Ausgleich sehr wichtig.

Auspowern beim Sport

Ausgleich findet sie beim Fitnesskurs „Zumba“. Zumba ist ein Tanz-Fitness-Workout zu dem sie fünfmal die Woche ins Fitness-Studio geht und sich auspowert. Außerdem liebt sie es, ins Landestheater Detmold zu gehen, Rockkonzerte zu besuchen und mit Mann und Sohn dem lippischen Vereinsfußball beizuwohnen, schon alleine wegen der Currywurst am Platz.

Der Sonntag gehört ihr

„Der Sonntag“, gibt sie zu, „der gehört mir. Und das halte ich streng und konsequent ein. Dieser Tag gehört mir,



meiner Familie, meinen Katzen, meinen Freunden und den Kitschfilmen, die sie in der Woche verpasst hat zu gucken. Ich brauche diese Ruhephase, um ausgeglichen und ausgeruht in die nächste berufliche Woche starten zu können.

Würde sie rückblickend ihr Leben anders führen? „Nein“, sagt Sandra Warachewicz spontan ohne groß zu überlegen mit großer Überzeugung. „Ich habe mir mein Leben so ausgesucht, wie ich es jetzt habe. Ich bin dankbar für meinen Job im MZG und für jedes Ehrenamt, dass ich übertragen bekommen habe. Ich möchte nichts davon in meinem Leben verändern. Der Kontakt zu den vielfältigen Menschen ist mir sehr wichtig und macht mein Leben erst so richtig lebenswert“, sagt sie abschließend.

Wir haben Sandra Warachewicz als einen „stillen Juwel“ und eine besondere, außergewöhnlich engagierte starke Frau kennengelernt. Ihr Lebensmotto „Bist du Bambus oder Pusteblume“ oder „Lebe heiter, lebe froh – im Himmel gibt’s kein Piccolo“ spiegelt diese Powerfrau mit all ihren Facetten und Ämtern wider.

Als Patientenfürsprecherin steht Sandra Warachewicz auch telefonisch unter: **0175 4130360** zur Verfügung, oder unter: **patientenfuersprecherin-lemgo@klinikum-lippe.de**

»HOLEN SIE SICH DIE SONNE AUFS DACH!«

Mit einer Photovoltaik-Anlage vom PROFI produzieren Sie Ihren eigenen Strom fürs Eigenheim, das Elektro-Auto oder die Firma!

Wir beraten Sie gerne in allen Fragen, vom Antrag über die Planung bis zur Umsetzung!

ALLES AUS EINER HAND!



Jetzt auch in Schlangen!



Hauptstraße 5
33818 Leopoldshöhe
☎ 05208 206

Paderborner Str. 15
33189 Schlangen
☎ 05252 976671

www.elektro-brink.de

+GESUNDHEIT+IM FOKUS+

Es ist wichtig, das Stoffwechselsystem zum Frühjahr wieder anzuregen. Es schwingt wie eine Schaukel zwischen Tag und Nacht. So arbeitet die Galle tagsüber für die Fettverdauung, die Leber kümmert sich nachts um den Abbau von Giftstoffen. Tibetische Kräuterrezepturen können dabei unterstützen. Padma GaLeTib etwa regt am Tag den Gallenfluss an. Abends fördert die tibetische 3-Früchte-Formel von HepaTib die Lebertätigkeit. Mehr Infos gibt es unter www.padma.de.



Foto: djd-k/PADMA/Getty Images/stevecoleimages

Bei der Parkinson-Krankheit kommt es durch Nervenschäden im Gehirn zu Einschränkungen der Beweglichkeit. Zunächst lässt sich das gut mit Tabletten behandeln, mit fortschreitendem Verlauf kann die Umstellung auf eine nicht-orale Folgetherapie ratsam sein. In Frage kommen eine Gehirnstimulation über operativ eingesetzte Elektroden oder Pumpentherapien, die Wirkstoffe fortlaufend in den Körper bringen. Dies kann über eine Sonde im Dünndarm geschehen oder unter die Haut, wofür keine Operation erforderlich ist. "Wichtig ist in jedem Fall, Betroffene über alle Therapiemöglichkeiten gut aufzuklären", betont Neurologe PD Dr. Florin Gandor (Bild).



Foto: djd-k/Abbvie/Michael Colella



Foto: djd-k/Thomapyrin/Getty Images/Aaron Amat

Fast jeder ist mal mehr, mal weniger von Stress betroffen. Zu einem Dauerzustand sollte dies allerdings nicht werden. Das gilt ganz besonders für kopfschmerzgeplagte Menschen. Stressmodulation und -reduktion durch Entspannung, Selbstfürsorge, Bewegung und feste Schlafzeiten können langfristig helfen. Im Akutfall sind coffeinhaltige Schmerzmittel wie Thomapyrin eine gute Wahl, da sie das Pochen im Kopf schnell, wirksam und gut verträglich lindern. Weitere Tipps und Infos gibt es unter www.kopfschmerzen.de.

Von der Sichelzellerkrankheit (SCD) dürften nur die wenigsten gehört haben, und doch betrifft sie weltweit 300.000 bis 400.000 Neugeborene pro Jahr: Die Erbkrankheit kann zu starken Schmerzen, Organschäden und einer verkürzten Lebenserwartung aufgrund fehlgeformter oder „gesichelter“ roter Blutkörperchen führen. Zu weiteren Symptomen zählen Schlaganfälle, Blutarmut und Gelbsucht. Einzige Chance auf Heilung ist bisher die Stammzelltransplantation. Infos zur Krankheit unter realtalk-sichelzellkrankheit.de.



Foto: djd-k/Vertex Pharmaceuticals/fizkes – AdobeStock

Die Ursachen für Tinnitus sind bisher nicht bekannt, und jeder Betroffene nimmt ihn unterschiedlich wahr. Es wird vermutet, dass Lärm, Stress und das Alter eine Rolle spielen. Darüber hinaus haben Studien einen Zusammenhang zwischen Hörverlust und Tinnitus bestätigt: Ein Hörverlust ist häufig ein Auslöser für einen Tinnitus. "Der HNO-Arzt oder ein Hörgeräteakustiker kann überprüfen, ob man zusätzlich zu den Tinnitus-Symptomen auch an einer Hörminderung leidet", erklärt Maren Stropahl, Leiterin der Audiologie bei Geers. Spezielle Hörgeräte können das lästige Summen, Klingeln oder Brummen im Ohr lindern: www.geers.de/tinnitus.



Foto: djd-k/Geers

Ursache für Gelenkbeschwerden sind oft entzündliche Prozesse und oxidativer Stress in Teilen des Bewegungsapparates. Neue Studien zeigen: Bestimmte Pflanzenstoffe können bei Arthrose und Arthritis effektiv lindern. Mit Phytoflam bietet Dr. Wolz jetzt eine Kombination aus hochbioverfügbarem Curcumin-Extrakt, Boswellia (Weihrauch) und Pycnogenol (Meereskiefernrinde) sowie Vitamin C, K2 und D3 zur Stärkung von Knorpel und Knochen. Weitere Behandlungsansätze sind regelmäßige Bewegung sowie eine entzündungshemmende Ernährung mit wenig Fleisch und viel Fisch und Gemüse: www.wolz.de.



Foto: djd-k/Dr. Wolz/Pixel-Shot - stock.adobe.com

LIPPE OPEN AIR

02. & 03. AUGUST 2024 - LEMGO, NRW

ANNA-MARIA ZIMMERMANN CULCHA CANDELA
 KELVIN JONES LE SHUUK LOONA MIA JULIA
 NOEL HOLLER OLI. P STEREOACT
 FABIAN FARELL GOODBEATS ISEK OLIVER MAGENTA TIMBO
 BASTI M CONNOR MEISTER DRIO INNIK JUSSE MAHO MAROOX MARRY
 MATHO MAX FAIL MINO RUMBOMBE SABBOTAGE SIDNEY BENSTEM
 TOMMY FIEBER VALENTINO DISCO VAN KEEKEN WOLLE PETRY SHOW

JETZT TICKETS SICHERN & 10€ PRO TICKET SPAREN! WWW.LIPPE-OPEN-AIR.DE

LOA Save the Date

Lust auf eine unvergessliche Party, die deinen Sommer zum Glühen bringt? Dann schnapp dir deine stylishsten Klamotten und mach dich bereit für das Lippe-Open-Air (LOA) Festival – wo Coolness auf die ultimative Feierlaune trifft! Mit im Gepäck sind die Berliner Chartstürmer Culcha Candela, bekannt für Ohrwürmer wie „Hamma!“ und „Monsta“, die dieses Jahr als Krönung des Festivals die Bühne rocken werden. Stellt euch ein, am **2. und 3. August 2024** in der magischen Atmosphäre der Liemerheide abzutanzten.

Die engagierten Freiwilligen stecken all ihre Liebe ins LOA, um nicht nur eine legendäre Party zu schmeißen, sondern auch, um Gutes zu tun – die Einnahmen fließen in wohltätige Projekte. Jedes Jahr überlegt sich das Team etwas Neues, um euch zu überraschen und das Festival noch besser zu machen.

Nachdem letztes Jahr das Wetter fast einen Strich durch die Rechnung gemacht hätte, wird dieses Mal vorgesorgt: Eine der Bühnen zieht in ein riesiges Zirkuszelt um! Auf stolzen 1.500 Quadratmetern und unter vier mächtigen Masten entsteht eine einzigartige Partywelt. Michael Nolting, alias DJ Mino, steckt hinter dieser genialen Idee und verspricht eine Atmosphäre, die ihr so schnell nicht vergessen werdet.

Der Freitagabend startet mit einer Ibiza-Party im Zelt, während parallel auf der Hauptbühne das Ballermann-Feeling mit Mia Julia, der Königin der Partyschlager, hochlebt. Mia bringt mit Hits wie „Schlechte Manieren“ den Sommer nach Lippe. Außerdem dabei: Anna-Maria Zimmermann, die mit ihrer Powerstimme das Festivalgelände zum Beben bringt.

Samstag geht's schon um 16 Uhr los und bis tief in die Nacht hinein gibt's Musik, die das Herz höherschlagen lässt. Culcha Candela wird mit einer Neuauflage ihres Hits „Celebration“ und brandneuen Songs für unvergessliche Momente sorgen.

Das Line-up ist gespickt mit Stars: Von Loona, die „Bailando“ zum Besten gibt, bis hin zu Oli P. mit „Flugzeuge im Bauch“. Dazu gesellen sich Marry, das DJ-Duo Stereoact und viele weitere Künstler, die für Stimmung sorgen.

Die Ticketnachfrage ist riesig – die ersten 1.000 Karten waren im Nu weg. Schnapp dir noch schnell dein Ticket zu einem Sonderpreis, bevor auch diese ausverkauft sind. Auch wenn die Preise leicht angehoben werden mussten, wird es ein Festival, das jeden Cent wert ist. Und dabei unterstützt ihr auch noch gute Zwecke!





Für die, die es etwas exklusiver mögen, gibt es erstmals VIP-Tickets. Damit steht ihr nicht hinter, sondern direkt vor der Bühne – bester Blick garantiert.

Es wird sogar noch über einen Familientag nachgedacht, damit das LOA-Erlebnis wirklich für jeden etwas bietet. Bleibt gespannt!

Lasst uns zusammen diesen Sommer unvergesslich machen! Tickets und alle Infos findet ihr unter www.lippe-open-air.de



DJ Mino

DJ Mino – Michael Nolting- wird als einer der besten Allround-DJs Deutschlands titulierte. Durch seine große Erfahrung, das musikalische Know-How und Professionalität auf höchstem Niveau, ist DJ Mino immer wieder in der Lage sein Publikum zu fesseln und somit jedes Event und jede Party zu einer Veranstaltung der Extraklasse zu beleben.

Clubs und Diskotheken gehören genauso zu seinen Arbeitsplätzen wie Event Locations, Open Air Events und private Partys,- ob in Deutschland, Österreich, Schweiz, Mallorca oder Ibiza,- DJ Mino ist ein Garant für ausgelassene Partystimmung und einen unverwechselbaren Mix von Clubsound, Party Musik, Chart Hits und auch Schlager.

DJ Mino ist ein Garant für eine unvergleichliche Partynacht mit den angesagten Tracks bis hin zu dem clubbigen Sound einer Nacht auf Ibiza. Achtung, DJ Mino kann süchtig machen.

Info: www.djmino.de

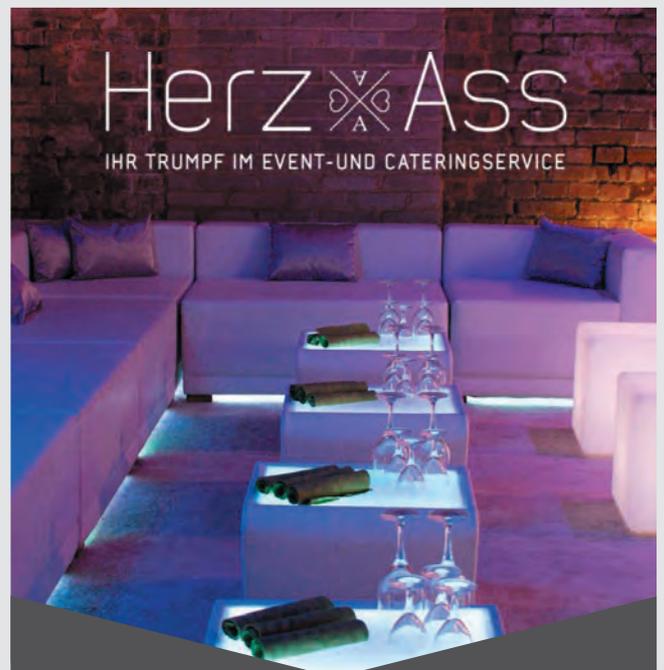



Der „ALLES“ Lackierer vom Lande

Wir lackieren PKW, LKW, Möbel, Boote und „ALLES“ andere

Peter Siegmann

Lackiererei und Karosseriebau
 Neustadt 16
 32825 Blomberg/ Großenmarpe
 Tel. 05236/8899030
www.alleslackierer.de



Der All-In-One-Service für Ihre Veranstaltung!

Tel.: 05261 / 666 555
 Mobil: 0172 / 877 116 0

nolting@herzass-events.de
www.herzass-events.de



Foto: djfd/TELENOT /Herr Loeffler - stock.adobe.com

Neue Technolien Neue Gefahren Schutz und Sicherheit für erneuerbare Energien

djd). Immer mehr Hausbesitzer produzieren nachhaltig Elektrizität auf dem eigenen Dach. Dazu passend hat das E-Auto seine eigene Stromtankstelle in der Garage. Direkt daneben parken E-Bikes für die ganze Familie. Und Heizwärme sowie Warmwasser stammen immer seltener aus einem Öl- oder Gasbrenner, sondern aus Holz, Pellets oder einer Wärmepumpe. Was gut für die Umwelt ist, kann jedoch neue Gefahren im und am Haus heraufbeschwören. Doch für alle Probleme, die sich aus den neuen Technologien ergeben, gibt es auch passende Schutzsysteme.

Schnelle Warnung bei Akkubrand, Gasaustritt oder Wärmepumpen-Diebstahl

Rauchwarnmelder, die im Haus Pflicht sind, können Brände frühzeitig entdecken. Der VDI empfiehlt zusätzliche Melder in Räumen, in denen Bikes, Gartengeräte oder das Holz für einen Kaminofen lagern. Diese warnen rechtzeitig, falls es etwa zu einem Akkubrand kommt oder bei einer Holzheizung etwas schief geht. Bei Öl-, Gas- oder Holzbrennern sind zudem Melder für Kohlenmonoxid sinnvoll. Dieses giftige Gas ist geruch-, geschmack- und farblos und kann schleichend zur Erstickung führen. Bei Luft-Wärmepumpen mit einem Außenteil tut sich eine andere Gefahr auf: Immer häufiger geraten sie in das Blickfeld von Dieben. Werden sie aus dem Garten gestohlen, kommen zum Verlust des Außengeräts noch Schäden an den Leitungen, die ins Haus führen.

Sicherheitsfunktionen smart vernetzen, Haus und Menschen optimal schützen

Einen umfassenden Schutz bieten die Komponenten aber erst, wenn sie miteinander vernetzt sind. Sie detektieren unbefugtes Entfernen, nehmen frühzeitig thermische Veränderungen wahr, erkennen Rauch und Gas und können durch gezielte Abschaltungen größere Schäden verhindern. Um die Gefahren im Umgang mit Lithium-Ionen-Akkus einzudämmen, rät Sicherheitsexperte Frank Brucker zu zeitgemäßen Brandschutzvorkehrungen: „Zentralen wie die complex 200H, complex 400H oder hiplex 8400H von Telenot erkennen frühzeitig Unregelmäßigkeiten und schützen wirksam“, so Brucker. Unter www.telenot.de gibt es dazu viele weitere Infos sowie die Adressen von Autorisierten Telenot-Stützpunkten, bei denen sich Hausbesitzer beraten lassen können. Eine solche Investition rechnet sich mehrfach, denn mit ein und derselben Anlage können Gebäude zusätzlich vor Einbruchgefahren geschützt werden. Darüber hinaus lassen sich mit diesen auch individuelle Zutrittskonzepte realisieren. „Das macht diese Zentralen zu einer hilfreichen und nicht mehr wegzudenkenden Komponente in der intelligenten Gebäudetechnik.“



Foto: djfd/TELENOT

		6				7	
5			6				2
	4		5		2		9
9				4	8	2	
8				9	5		3
	1						
3				6	1	8	4
					9	7	
6		2	4				3

				7	1		4
	2			4	7	5	
6		7	5		2	9	8
3	7	8			6		
	1	2		4		6	
		6	7		3	5	8
	3			6	1	2	7
		4			5		1
	1		7				

2					8		9
		3	4	5		7	
5							4 6
4	8		3	2	5	9	
6		5		7	1	2	
7			9			1	
			2			5	
	5			6		4	3
			5				9

7			8	5		9	6
9	8	5					2
3		4		7			
6	3	1		2			7
	9				4	2	3
			3		1	6	
		6		3		1	2
		9		4		8	3
	2						

2				1			6	3
5			9				4	1
		7		8		2		9
	8				5		3	6
3	7	6						2
4			1				7	
		9			1	3		4
				6	2			7
	1	4						2

7				3				1	
1					2				
3				5	8	7	4	9	
7		3	5		4			2	6
2				7	1				
	4			9			3	7	
8			4				9		
			8		5	4			
	5			1	9				



SCHNELL – ZUVERLÄSSIG – TRANSPARENT

Ausgesperrt – Tür zugefallen?

**Schlüsseldienst Mühlenbeck
aus Paderborn kommt sofort!**

24-STUNDEN-NOTDIENST



**Schlossnotdienst • Türöffnungen • Schlüsseldienst
Einbruchschutz • Videoüberwachung • Tresore**



Foto: dj/d/ltzehoer-Versicherungen/Monkey Business - stock.adobe.com

Anhaltende Faszination Versicherungsexperte hat die besten Tipps für Reisen mit Wohnmobil und Caravan

(djd). Grenzenlose Freiheit, aber in der Geborgenheit einer vertrauten Umgebung: Die Menschen in Deutschland bleiben Fans von Campingfahrzeugen, der Markt hat sich 2023 auf einem hohen Niveau eingependelt. Gut 90.000 Neuzulassungen bedeuten im Vergleich zum Vorjahr nur ein geringfügiges Minus, bei den Wohnmobilen wurde mit etwa 68.500 Neuzulassungen sogar ein Plus von drei Prozent verzeichnet. Die Zahlen stammen vom Caravaning Industrie Verband (CIVD), der auch eine leichte „Entwarnung“ in Sachen Lieferengpässen gibt. Besonders gefragt bleiben laut ADAC kompakte Modelle, die alltagstauglich sind und trotzdem alles für den Urlaub an Bord haben. Wer mit dem Camper unterwegs ist, muss über passenden Versicherungsschutz verfügen. Hier die fünf wichtigsten Tipps:



Foto: dj/d/ltzehoer-Versicherungen

Vollkasko und Auslandsschadenschutz ratsam

Wohnmobile benötigen wie jedes andere Kfz eine Haftpflichtversicherung, diese übernimmt lediglich Unfallschäden am fremden Fahrzeug. Darüber hinaus sollte man eine Teil- oder Vollkaskoversicherung abschließen. „Die Vollkasko etwa schützt bei Vandalismus“, erklärt Thies Johannssen von den Itzehoer Versicherungen. Bei diesem Anbieter gibt es für Reisen ins Ausland einen ergänzenden Auslandsschadenschutz. Wer sein Campingfahrzeug mit einem speziellen Lacksystem vor Hagelschäden schützt, kann von einer Beitragsermäßigung profitieren. Denn Unwetterschäden, insbesondere durch Hagel, sind die häufigsten Schadenursachen.

Teilkasko schützt auch gegen Brandschäden

Mit einer Teilkasko ist das Wohnmobil auch gegen Brandschäden und Kurzschlusschäden an der Verkabelung abgesichert. „Wer aber einen heißen Topf vom Herd auf die Arbeitsfläche stellt oder fahrlässig anderes im Wagen verschmort, bleibt auf den Kosten sitzen, denn Seng- und Schmorschäden gelten nicht als Brand“, so Johannssen.

Bisschäden durch Tiere

Bisschäden durch Marder sind in der Regel mitversichert. Einige Gesellschaften wie die Itzehoer Versicherungen bieten auch Versicherungsschutz bei Bisschäden durch Mäuse und andere Tiere. „Tierbisse im Fahrzeuginnenraum sind aber nicht mitversichert“, sagt der Experte. Er rät zudem darauf zu achten, in welcher Höhe Folgeschäden versichert sind.

Reifenplatzer

Luftdruck und Zustand der Reifen sollten vor Fahrtantritt kontrolliert werden. Fährt der Camper über einen Gegenstand und der Reifen platzt dennoch, so gilt dies bei der Itzehoer als Unfall und ist über die Vollkasko abgesichert. Das gilt auch für den Fall, dass durch den Reifenplatzer Radkasten oder Unterboden beschädigt werden.

Schutz vor Dieben

Empfohlen wird die Kombination mehrerer Sperreinrichtungen, elektronisch in Form von Alarmanlagen und mechanisch etwa mit Lenkradkrallen.

Original Teile!
Original Service!

Freu Dich auf den Frühling

Sofort bis zu
20 %
günstiger!*

*Die Gültigkeitskriterien finden Sie
unter: www.stegelmann.de

Economy
Service

4+

Scheiben
Bremsen
Reifen
Karosserie
Zubehör und
alles andere
rund um Ihr Auto
Termin-Hotline:
05231 6307-555



Jetzt wird es Zeit für Sommerreifen!

Das garantiert Sicherheit, Laufruhe,
Fahrkomfort und weniger Verbrauch!

Der nächste
Reifenwechsel
kommt schneller
als man denkt...

Jetzt Termin
vereinbaren:
05231 6307-555

Unser Tipp:
Nutzen Sie auch
die Vorteile unseres
"Räder-Hotels"



STEGELMANN 



SKODA



Nutzfahrzeuge

Autohaus Stegelmann GmbH & Co. KG

Bielefelder Str. 86-88	32756 Detmold	05231 63070
Sprottauer Str. 45	32756 Detmold	05231 63070
Gasstraße 1-5	32791 Lage	05232 60070
Stegelmann-Str. 1	32657 Lemgo	05261 25970
Oerlinghauser Str. 63	32108 Bad Salzufflen	05261 2597600

www.stegelmann.de



Sauberkeit kennt keine Herkunft

Nur einen gemeinsamen Weg: den des exzellenten Handwerks.
Dafür arbeiten und halten wir seit Jahrzehnten in 28 Nationen zusammen.
Gegen Diskriminierung. Mit größtem Erfolg.



Die Gebäudedienstleister
Mehr als Handwerk
www.die-gebaeudedienstleister.de

rationell
reinigen
GEBÄUDEDIENSTE
www.rationell-reinigen.de

WEDER[®]
gruppe We care for you
www.weder-gmbh.de